



給食予定献立表



広田保育園

2日(月)

3日(火)

4日(水)

5日(木)

6日(金)

7日(土)

未満児主食	ごはん	[ひなまつり誕生会]	ごはん	ごはん	ごはん	焼きうどん バナナ 牛乳
副食	☆生姜焼き ☆中華風サラダ ☆卵スープ りんご	ちらし寿司・鶏味噌焼き ☆ブロッコリーと若布のお浸し 菜の花のすまし汁 いちご・白桃ムース	☆いが蒸し 若布のレモン醤油和え 大根汁 バナナ	☆変わり納豆 三色ソテー ☆すいとん汁 みかん	☆春巻き もやしピーマンの中華風和え 若布の味噌汁 ミニトマト	
おやつ	☆マシュマロごま菓子・牛乳	ひなあられ・カルピス	☆แฮมサンド・牛乳	☆さつま芋素揚げ・牛乳	☆オートミールクッキー・牛乳	

9日(月)

10日(火)

11日(水)

12日(木)

13日(金)

14日(土)

未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	[バイキング給食]	ごはん	[手作り弁当の日]
副食	南瓜オムレツ ☆めかぶの和え物 ☆ラーメン入りかきたま汁 オレンジ	☆ハンバーグ ☆カミカミサラダ ☆はんぺんスープ キウイフルーツ	☆サバの味噌煮 キャベツの信田煮 ☆つくね汁 いよかん		☆卵グラタン 若布サラダ ☆春雨スープ バナナ	
おやつ	☆ジャムサンド・牛乳	☆ごまポッキー・牛乳	☆醤油団子・牛乳		☆ストロベリーババロア・サブレ	

16日(月)

17日(火)

18日(水)

19日(木)

20日(金)

21日(土)

未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	春分の日	和風スパゲティー バナナ 牛乳
副食	☆ヤンニョム風チキン ☆ごまドレッシングサラダ ☆せんべい汁 いよかん	☆豆腐のドライカレー風 春雨酢の物 ☆しめたま汁 キウイフルーツ	☆豚の角煮 三色サラダ 高野豆腐の味噌汁 オレンジ	☆かみかみさつまあげ 親子サラダ きのこスープ バナナ		
おやつ	☆じゃこトースト・牛乳	☆五平餅風・牛乳	☆ドーナツ・牛乳	☆レアチーズ・せんべい		

23日(月)

24日(火)

25日(水)

26日(木)

27日(金)

未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	[卒園式]お祝い品	おねがい 28日・30日・31日は新年度準備等のため給食がないので 手作りのお弁当と1回分のおやつ の持参をお願いします。
副食	さつま芋とチーズの卵焼き 切り干しサラダ ☆なめこ汁 オレンジ	魚のホイル焼き ☆利久和え キャベツと油揚げの味噌汁 キウイフルーツ	鶏ごま煮 七福ナムル ☆五目うどん いよかん	[修了式] ☆チキンチキンごぼう ☆マカロニツナサラダ 若布コーンスープ・いちご ヨーグルト・せんべい		
おやつ	☆フルーツサンド・牛乳	☆南瓜のケーキ・牛乳	☆もちもちボンデドーナツ・牛乳			

~今月の予定平均栄養摂取量~

	未満児	以上児
エネルギー	547kcal	471kcal
たんぱく質	20.4g	19.8g
脂 肪	21.2g	22.2g

☆はみんなからのリクエストメニューです。お楽しみに♪

食べられる量で嫌いな食べ物をなくす工夫を

幼児の場合、うまく咀嚼できなかったり、初めての食べ物にとまどったり、苦みを感じるなどで、食べ物を嫌いになることが多いようです。食べやすい味付けや盛り付け、おいしそうに食べて見せるなどの工夫をしましょう。最初は食べられる量で、「食べきれた!」という達成感が次の食欲につながります。

また、「これを食べると風邪をひきにくくなるよ~、これは筋肉になるよ」などと、効能を教えてあげてもよいでしょう。

今年度も残すところあと一か月となりましたね。この一年でいろいろなものが食べられるようになり、ずいぶん大きくなった子どもたち。給食室からみんなの成長する姿が見られてよかったです。一年間ありがとうございました。