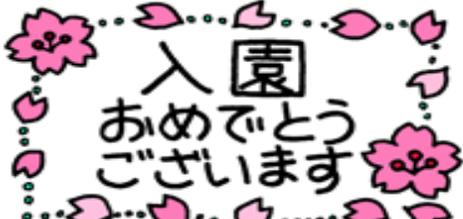
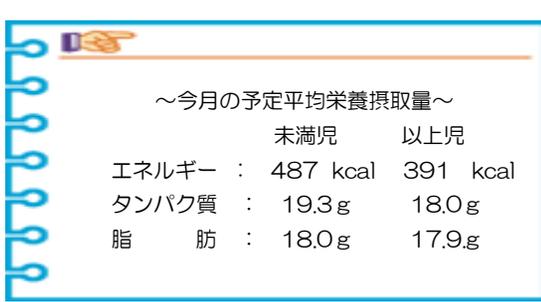


4月予定献立表  下矢作保育園

	月	火	水	木	金	土												
副食			3 入学式 	4 ・カレー ・マカロニサラダ ・若布スープ ・いちご	5 ・麻婆豆腐 ・ごまもやし ・コンソメスープ ・オレンジ	6 ・挽肉そぼろ ・炒り卵・青菜のお浸し ・キャベツの味噌汁 ・ミニトマト												
おやつ			・ヨーグルト ・せんべい	・バナナケーキ ・牛乳														
未満児主食			・カレー	・麻婆豆腐ごはん	三色ごはん													
副食	8 ・変わり納豆 ・南瓜の含め煮 ・しめたま汁 ・キウイフルーツ	9 ・魚の照り焼き ・油揚げと青菜のお浸し ・じゃが芋の味噌汁 ・バナナ	10 ・ベーコンエッグ ・きんぴらごぼう ・凍り豆腐の味噌汁 ・ミニトマト	11 ・鶏唐揚げ ・味噌ドレッシングサラダ ・なめこ汁 ・いちご	12 ・シチュー ・ブロッコリーサラダ ・ウインナーソーテー ・オレンジ	13 手作り弁当の日 ・牛乳 												
おやつ	・オレンジゼリー ・サブレ	・蒸しパン ・牛乳	・ドーナツ ・牛乳	・ブルーベリージャムサンド ・牛乳	・ホットケーキ ・せんべい													
未満児主食	・納豆ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん													
副食	15 ・サバの味噌煮 ・ピーナッツ和え ・けんちん汁 ・オレンジ	16 ・肉じゃが ・春雨の酢物 ・キャベツの味噌汁 ・キウイフルーツ	17 ・豆腐とひじきのつくね ・オーロラサラダ ・もやしの味噌汁 ・バナナ	18 ・あぶたま ・大豆サラダ ・しめたま汁 ・ミニトマト	19 ・ローストチキン ・じゃが芋のきんぴら ・ささみスープ ・いちご	20 ・豚肉の味噌炒め ・コーンサラダ ・卵スープ ・オレンジ												
おやつ	・ヨーグルトゼリー ・せんべい	・プチパン ・牛乳	・しょうゆ団子 ・牛乳	・さつま芋入りおもち ・牛乳	・ハムサンド ・牛乳													
未満児主食	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・ごはん												
副食	22 ・肉豆腐 ・南瓜サラダ ・大根汁 ・バナナ	23 ・カニ玉 ・ジャーマンポテト ・きのこスープ ・ミニトマト	24 ・ポークソテー ・ひじきサラダ ・春雨スープ ・キウイフルーツ	25 お誕生会 ・焼きそば ・エビフライ ・コーンポテトサラダ ・菜の花の清汁・いちご	26 ・とりごま煮 ・ツナサラダ ・ワンタンスープ ・オレンジ	27 ・はんぺんのチーズ焼き ・玉ねぎとベーコンのカレー炒め ・豆腐の味噌汁 ・バナナ												
おやつ	・うずまきクッキー ・牛乳	・二色団子 ・牛乳	・ボンデドーナツ ・牛乳	・ケーキ  ・牛乳	・ピザトースト ・牛乳													
未満児主食	・ごはん	・ごはん	・ごはん	・焼きそば	・ごはん	・ごはん												
副食	29 昭和の日 	30 ・煮魚 ・白和え ・五目うどん ・キウイフルーツ		 <p>～今月の予定平均栄養摂取量～</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>未満児</th> <th>以上児</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>エネルギー</td> <td>487 kcal</td> <td>391 kcal</td> </tr> <tr> <td>タンパク質</td> <td>19.3g</td> <td>18.0g</td> </tr> <tr> <td>脂肪</td> <td>18.0g</td> <td>17.9g</td> </tr> </tbody> </table>				未満児	以上児	エネルギー	487 kcal	391 kcal	タンパク質	19.3g	18.0g	脂肪	18.0g	17.9g
	未満児	以上児																
エネルギー	487 kcal	391 kcal																
タンパク質	19.3g	18.0g																
脂肪	18.0g	17.9g																
おやつ		・パンキンとん ・牛乳																
未満児主食		・ごはん																

朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べないと元気が出ません。朝ごはんには脳と体を目覚めさせ、体温をあげる働きがあるからです。朝は食欲がないという子どももいますが、食べやすい物を少量からでもとる習慣をつけていけるといいですね。

みんなで食べる食事

保育園での食事は、大勢で食べる醍醐味があります。それだけでなく、みんなで食べる楽しさを味わい、食べ方やマナー、準備や後片付けの仕方などを学ぶ時間にもなります。食事を通して子どもの成長を一緒に見守っていきましょう。

給食の目標

- ・友達と一緒にいろいろな食材や料理を楽しむ。
- ・食に関する活動を楽しみ、食への興味を高める。
- ・正しい食べ方や食事のマナーを身につける。

お知らせ

- ・4日から給食が始まります。毎日お米を炊きますので以上児は空のお弁当箱、お箸セットを持たせて下さい。
- ・毎月のお誕生会にはご馳走が出来ますのでお箸セットだけを持たせて下さい。未満児は完全給食なのでいりません。
- ・未満児は午前中に牛乳、ヨーグルト、バナナなどのおやつがあります。
- ＊毎日給食を4時半頃まで、りす組前に展示しておりますのでご覧下さい。