

4月給食予定献立表



竹駒保育園

副 食	新年度が始まります。環境の変化により体調を崩しやすい時期ですが、早寝早起き、三食の食事をきちんと食べるなど、規則正しい生活リズムをつけることで体調も整っていきます。子どもたちが健康な体で過ごせるよう、ご家庭でもご協力をお願いします。			3 入園式 御祝い品があります。 	4 ・カレー ・マカロニサラダ ・若布スープ ・いちご ・ヨーグルト ・せんべい	5 ・挽肉そぼろ ・炒り玉子 ・青菜のお浸し ・豆腐の味噌汁 ・ミニトマト
	おやつ					
副 食	7 ・変り納豆 ・南瓜含め煮 ・しめ玉汁 ・キウイフルーツ	8 ・マーボー豆腐 ・中華風サラダ ・コーンとキャベツのスープ ・バナナ	9 ・中華ローストチキン ・切干サラダ ・ワントンスープ ・オレンジ	10 ・ベーコンエッグ ・きんぴらごぼう ・なめこ汁 ・いちご	11 ・赤魚の煮付 ・油揚げと青菜の煮浸し ・さつま汁 ・ミニトマト	12 手作り弁当の日 ・牛乳
	おやつ ・りんごジュース ・せんべい	おやつ ・ホットケーキ ・牛乳	おやつ ・ビスケット ・牛乳	おやつ ・バナナケーキ ・牛乳	おやつ ・ジャムサンド ・牛乳	
副 食	14 ・シチュー ・ウィンナーソテー ・ブロッコリーサラダ ・ミニトマト	15 ・肉豆腐 ・いんげんごま和え ・かき玉汁 ・オレンジ	16 ・鶏からあげ ・オーロラサラダ ・かぶの味噌汁 ・バナナ	17 ・たまごのミートソースかけ ・じゃが芋サラダ ・きのこスープ ・キウイフルーツ	18 ・ぶりの照り焼き ・めかぶの和え物 ・白菜の味噌汁 ・いちご	19 ・豚肉の味噌炒め ・スパゲティソテー ・じゃが芋と豆腐の味噌汁 ・オレンジ
	おやつ ・野菜ジュース ・せんべい	おやつ ・ドーナツ ・牛乳	おやつ ・ビスケット ・牛乳	おやつ ・しょうゆ団子 ・牛乳	おやつ ・ハムサンド ・牛乳	
副 食	21 ・生姜焼 ・ごまドレッシングサラダ ・五目味噌汁 ・キウイフルーツ	22 ・豆腐のドライカレー ・若布サラダ ・はんぺんスープ ・ミニトマト	23 ・ツナとチーズの玉子焼き ・もやしの中華和え ・大根汁 ・オレンジ	24 お誕生会 ・焼きそば ・エビフライ ・コーンとポテトのサラダ ・玉子スープ ・いちご	25 ・肉じゃが ・ごま酢キャベツ ・しめじの味噌汁 ・バナナ	26 ・ハムピカタ ・青菜のソテー ・油揚げの味噌汁 ・ミニトマト
	おやつ ・りんごジュース ・せんべい	おやつ ・さつま芋入りおもち ・牛乳	おやつ ・フライドポテト ・牛乳	おやつ ・ケーキ ・牛乳	おやつ ・クッキー ・牛乳	
副 食	28 ・ハンバーグ ・三色サラダ ・ベーコンスープ ・キウイフルーツ	29 昭和の日 	30 ・さばの味噌煮 ・切干大根の和風サラダ ・凍豆腐の清汁 ・オレンジ ・フルーツヨーグルト ・せんべい	給食室では、子どもたちが安心できる、おいしい給食づくりを心がけていきたいと思ひます。食事面での相談などありましたら、遠慮なく連絡してください。		
	おやつ ・オレンジゼリー ・ビスケット			1年間 よろしく お願ひ します。 給食担当		

おてらせ

◇ 毎月第2土曜日は、「手作り弁当の日」です。お弁当を忘れずに持たせてください。

◇ 未満児はお弁当箱、お箸セットは要りません。

◇ 3歳以上児は、今年度から米飯が提供されます。空のお弁当箱とお箸セット(お箸・スプーン・フォーク)を持たせてください。
土曜日は米飯の提供はありませんので、お弁当箱にご飯を入れて、お箸セットと一緒に持たせてください。

お誕生会の日は、お弁当箱は要りませんが、お箸セットは持たせてください。

◇ 未満児は午前中に牛乳、せんべい、バナナ、ヨーグルトなどの軽いおやつがあります。

給食室では、子どもたちが安心できる、おいしい給食づくりを心がけていきたいと思ひます。食事面での相談などありましたら、遠慮なく連絡してください。

1年間
よろしく
お願ひ
します。

給食担当

◇ 給与栄養量について ◇

保育園の栄養量は「日本人の食事摂取基準」をもとに、年齢や性別等を考慮し設定しています。

毎月、献立表に1か月の平均値を掲載していきます。給食の展示も毎日行いますので、子どもたちが食べている量などをご覧になってください。

◇ 目標量 ◇

	<未満児>	<以上児>
○ エネルギー	460kcal	400kcal
○ たんぱく質	18~22g	18~22g
○ 脂 質	10~15g	12~19g