

4月のこんだて

令和3年

こども園 もものき

希望保育



食育の日

日	曜日	10時おやつ	主食	副食献立	3時おやつ	げんきのもと		
						あか からだをしようぶに!	きいろ つよいちから!	みどり 病気からまもってくれる!
1	木	このはせんべい お茶	ごはん	鯖のみそ煮・ほうれん草じゃこ和え・トマト牛乳	まんじゅう お茶	鯖 じゃこ	砂糖 ごま油	生姜・えのき・トマト ほうれん草・人参
2	金	おからクッキー お茶	ごはん	マーマレードチキン・わかめサラダ 春雨スープ	ヨーグルト クラッカー・お茶	油揚げ・鶏肉 ヨーグルト	春雨 ごま油	竹の子・チンゲン菜 わかめ・大根・きゅうり
3	土			【職員研修】				
4	日							
5	月	マンナビスケット お茶	ごはん	鶏の胡麻照り焼き・コールスローサラダ お茶	フライドポテト (コンソメ)・牛乳	鶏肉	ノイック マネース じゃが芋・油・ごま	生姜・きゅうり キャベツ・コーン・人参
6	火	星せんべい お茶	ごはん	ぶり照り焼き・切り昆布煮 すまし汁(麩・三つ葉)	コーンマヨネーズ 牛乳	ぶり 油揚げ	麩・砂糖・食パン 油・ノイック マネース	三つ葉・昆布・人参 椎茸・コーン・玉葱
7	水	カリコリきゅうり お茶	ごはん	ハヤシチュー・温野菜 お茶	バナナ・いちご 牛乳	豚肉	じゃが芋 ごま油	きゅうり・玉葱・コーン もやし・人参・マツタケ
8	木	ベジタブル煎餅 お茶	野菜うどん	かじき竜田揚げ・スティックきゅうり お茶	ごまおかかおにぎり お茶	豚肉 かじき	うどん・油 片栗粉・ごま	白菜・人参・しめじ ねぎ・生姜・きゅうり
9	金	食パン お茶	ごはん	高野豆腐そぼろあん・中華和え お茶	柑橘・牛乳 おからクッキー	高野豆腐・鶏肉 カニカマ・干えび	食パン・ごま油 砂糖・片栗粉	人参・椎茸・玉葱 もやし・ほうれん草
10	土	お菓子 牛乳	おにぎり	豚汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	豚肉 ヨーグルト	おにぎり 油	わかめ・玉葱・ねぎ 大根・人参・ごぼう
11	日							
12	月	とつとちゃん煎餅 お茶	ごはん	鮭の照り焼き・切り干し大根煮 みそ汁(キャベツ・人参・もやし)	チーズ・お茶 ミレービスケット	鮭・チーズ さつま揚げ	砂糖 油	キャベツ・もやし・人参 切干大根・椎茸
13	火	ヨーグルト お茶	ごはん	豚肉生姜焼・さわやか漬け・トマト お茶	あべかわマカロニ 牛乳	ヨーグルト・豚肉 きな粉	油・マカロニ 砂糖	玉葱・しめじ・生姜 キャベツ・大根・トマト
14	水	カリコリにんじん お茶	ごはん	タンドリーチキン・春雨サラダ バナナ・お茶	コーンフレーク 牛乳	鶏肉 ヨーグルト	砂糖・ごま油 コーンフレーク	人参・生姜・きゅうり キャベツ・コーン
15	木	茹でじゃがいも (青のり)・お茶	ごはん	さわらのみそ焼き・五目煮 みそ汁(豆腐・しめじ)	柑橘・牛乳 このはせんべい	豆腐・鯖 さつま揚げ	じゃが芋 砂糖	しめじ・人参 ごぼう・椎茸・オレンジ
16	金	りんごゼリー お茶	五穀ごはん	ポークカレー・福神漬・もやしコーンサラダ お茶	カロチンケーキ 牛乳	豚肉 豆乳	じゃが芋 油	玉葱・人参・かぼちゃ もやし・コーン・きゅうり
17	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	豆腐 ヨーグルト	おにぎり	わかめ・ねぎ えのき・人参
18	日							
19	月	こまる煎餅 お茶	ごはん	スタミナ焼き・ひじきコールスロー 牛乳	お切り込み お茶	豚肉・鶏肉 油揚げ	油 お切り込み麺	玉葱・人参・にら 大根・白菜・ごぼう
20	火	アスパラビスケット お茶	ごはん	チーズハンバーグ・スパゲティサラダ にんじんグラッセ・牛乳	いちご・バナナ お茶	鶏肉・豚肉・豆腐 チーズ・ハム	パン粉・スパゲティ・砂糖 ノイック マネース・バター	玉葱・きゅうり 人参・コーン
21	水	カリコリきゅうり お茶	さくらごはん	生揚げもやし炒め・カミカミ和え もずくスープ	大学芋 牛乳	生揚げ イカ	ごま・ごま油・砂糖 片栗粉・さつま芋	きゅうり・えのき・ねぎ もやし・にら・人参
22	木	食パン お茶	ごはん	かじきカレーパン粉焼き・ポテトサラダ トマト・お茶	柑橘・牛乳 ミニわかめ煎餅	かじき ハム	食パン・じゃが芋・油 パン粉・ノイック マネース	パセリ・きゅうり・人参 キャベツ・トマト
23	金	みかんゼリー お茶	ごはん	麻婆豆腐・きゅうり胡麻和え みそ汁(しめじ・油揚げ)	チーズ蒸しパン 牛乳	油揚げ・豆腐 豚肉・チーズ	油・ごま 片栗粉	しめじ・椎茸・ねぎ 人参・ピーマン・きゅうり
24	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	鮭 ヨーグルト	おにぎり じゃが芋	玉葱・人参 椎茸・大根
25	日							
26	月	アニマルビスケット お茶	ごはん	赤魚の西京焼き・じゃこ納豆 ミニ前橋トントン汁	シュガートースト 飲むヨーグルト	豚肉・生揚げ 赤魚・納豆・じゃこ	じゃが芋・油・砂糖 食パン・マーガリン	大根・人参・ごぼう さやいんげん・ねぎ
27	火	ヨーグルト お茶	ごはん	つくね焼き・ひじき中華サラダ お茶	ふかしいも 牛乳	ヨーグルト 鶏肉	片栗粉・パン粉・砂糖 油・さつま芋	玉葱・生姜・もやし ひじき・きゅうり・人参
28	水	カリコリにんじん お茶	ごはん	鯖の塩焼き・キャベツ胡麻サラダ お茶	デザート 牛乳	鯖 魚肉ソーセージ	ごま ノイック マネース	人参・もやし キャベツ
29	木			昭和の日				
30	金	きな粉せんべい お茶	ごはん	こがね煮・きゅうりハムサラダ みそ汁(えのき・わかめ)	グレープフルーツ バナナ・牛乳	生揚げ 豚肉・ハム	じゃが芋・油 砂糖・片栗粉	えのき・わかめ・人参 玉葱・竹の子・きゅうり

※ 献立は都合により内容が変わることがあります。

はや寝！はや起き！朝ごはん！

新入園・進級おめでとうございます。

本園の給食は、子どもに必要な栄養を考え、衛生管理も十分配慮した美味しい手づくり給食を行っています。

食事を通して望ましい習慣やマナー等を身につけ、みんなで楽しく食べる事により、

安心と安らぎの中で「食べる意欲」を育むことを目指しております。

子どもたちの健やかな成長を保護者の皆様と共に、見守っていきたく思います。

また、毎日の給食を登園降園時に展示していますので、ご覧ください。

4月分平均栄養価 幼児組

エネルギー	490kcal
タンパク質	19.4g
脂質	14.8g
塩分	1.3g

☆



スプーンマークの日に幼児組はスプーンを持ってきてください。