4月の給食だより

4月献立予定表

梅乃園幼稚園

日	曜日	献立	血や肉になるもの	熱になるもの	体の調子を整えるもの	カロリー タンパク 塩分	持って くるもの
↓2号3号の給食献立です。							
1	火	ごはん チキン南蛮 トマト もやしと胡瓜の酢物	卵 鶏肉	米 砂糖 ごま 片栗粉 ごま油 マヨネーズ	トマト もやし 胡瓜	384kcal 12.5g 1.8g	
2	水	ごはん 手作りハンバーグ ポテトサラダ バイナップル	豚挽肉 卵 ロースハム	砂糖 米 バン粉 マヨネーズ バター じゃが芋 小麦粉	たまねぎ 胡瓜 人参 キャベツ バイナップル缶	455kcal 14.4g 1.1g	
3	木	ごはん 鯖の味噌焼き 黄桃 ほうれん草のサラダ	鯖 ロースハム	米 片栗粉 砂糖 マヨネーズ	たまねぎ 人参 ほうれん草 レタス 黄桃缶	397kcal 17.2g 1.7g	
4	金	ごはん 鶏手羽元の甘酢煮 シーチキンサラダ チーズ	鶏手羽元 シーチキン チーズ	砂糖 ごま油 米	たまねぎ 人参 胡瓜 レタス	535kcal 25.7g 1.3g	
7	月	ごはん 厚揚げ野菜煮 若布サラダ 大学芋	厚揚げ 竹輪 しらす	米 油 砂糖 ごま油 薩摩芋 こんにやく	大根 人参 牛蒡 若布 胡瓜	473kcal 15.9g 1.7g	
8	火	ごはん 和風ハンバーグ 小松菜と油揚げの煮浸し バイナップル	豚挽肉 油揚げ 卵	米 砂糖 ごま油 バン粉	たまねぎ ひじき 小松菜 バイナップル缶	384kcal 12.5g 1.8g	
9	水	ごはん 八宝菜 ウィンナーソーテー オレンジ	豚肉 ウィンナー	油 片栗粉 米	たまねぎ 人参 白菜 ニラ しめじ オレンジ	372kcal 8.3g 1.4g	
11	金	ごはん 肉団子 チーズ 春雨サラダ	豚挽肉 卵 ロースハム チーズ	米 片栗粉 バン粉 マヨネーズ 春雨	たまねぎ レンコン 人参 胡瓜 キャベツ	475kcal 16.4g 1.7g	
↓1日保育の給食献立です。							
14	月	ごはん 煮魚 ひじきサラダ トマト	タラ ロースハム	米 砂糖 ごま マヨネーズ コーン缶	たまねぎ 胡瓜 人参 トマト キャベツ ひじき	410kcal 18.9g 1.8g	
15	火	ごはん 鶏の味噌焼き 卵スープ 黄桃	鶏肉 卵	米 砂糖	たまねぎ 人参 ブロッコリー 黄桃缶	410kcal 18.9g 1.8g	おわん
16	水	ごはん つくね焼 中華サラダ バイナップル	鶏ひき肉 卵 ロースハム	油 砂糖 小麦粉 米 ごま 片栗粉 春雨	若布 生姜 長ネギ 胡瓜 キャベツ バイナップル缶	431kcal 15.8g 1.2g	
17	木	ごはん 野菜炒め 大学芋 挽肉たまご	豚肉 卵 豚挽肉	米 油 砂糖 薩摩芋	たまねぎ 人参 ニラ もやし キャベツ	400kcal 8.3g 1.4g	
18	金	ごはん カレー 野菜サラダ チーズ	豚肉 チーズ	ごま油 砂糖 米 じゃが芋 油 カレールー	たまねぎ 人参 胡瓜 ニンニク レタス	443kcal 7.5g 2.6g	スプーン
21	月	ごはん 鯖の塩焼き 白和え オレンジ	油揚げ 鯖 豆腐	砂糖 油 米 白滝	人参 小松菜 オレンジ	424kcal 9.9g 0.8g	
22	火	ごはん 鶏のクリーム煮 黄桃 ほうれん草のごま和え	鶏もも肉 牛乳	バター 砂糖 米 ごま ごま油 シチューの素	たまねぎ 人参 しめじ ブロッコリー ほうれん草 黄桃缶	421kcal 14.4g 1.9g	
23	水	ごはん 白身魚和風あんかけ 若布サラダ バイナップル	タラ しらす	砂糖 米 小麦粉 油 ごま油 片栗粉	たまねぎ 人参 胡瓜 しめじ 小松菜 若布 バイナップル缶	455kcal 14.4g 1.1g	
24	木	ごはん 豚肉の味噌炒め 若布スープ オレンジ	豚肉	油 米 ごま油 砂糖	たまねぎ 人参 若布 もやし ニラ オレンジ	464kcal 14.9g 1.1g	おわん
25	金	ごはん 鶏の照り焼き トマト ブロッコリーサラダ	鶏肉	米 砂糖 マヨネーズ ごま	人参 胡瓜 キャベツ トマト ブロッコリー	410kcal 18.9g 1.8g	
↓2号3号の給食献立です。							
28	月	ごはん 切り干し大根煮 しらす和え チーズ	豚肉 薩摩揚げ 油揚げ しらす チーズ	米 油 マヨネーズ 砂糖	人参 キャベツ 切り干し大根	417kcal 13.1g 1.4g	
30	水	ごはん すき焼き風煮 ごま酢和え 大学芋	豚肉 豆腐 卵	油 白滝 砂糖 米 ごま ごま油 薩摩芋	たまねぎ 白菜 しめじ キャベツ 胡瓜	433kcal 10.3g 1.4g	

ご入園・ご進級おめでとうございます *

ご入園・ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい生活がスタートします。園での食事が楽しいものになるように以下のことに配慮しながら運営していきます。①給食施設運営・衛生管理等は、保健所の指導の下で行っています。②献立は、成長期に大切な咀嚼力や味覚を養えるよう、栄養のバランスを考慮してたてています。③食事ができることへの感謝や食事中のルールやマナーが習慣として身につくように声掛けをします。今年度も安心・安全な給食を提供できるよう努めてまいります。

牛乳

園の給食では、登場しない牛乳…。カルシウムの不足が悩みです。そこで！ご家庭でもご協力していただくと幸いです。毎日コップ1杯 食事やおやつの際に飲むと効率よくカルシウムを摂取できます。又、牛乳がにがてな子もいると思いますので今年度は、カルシウムがたまり食品やメニューなどを紹介していきます。おたのしみに♡

給食が始まります

14日(月)から1日保育となり、給食が開始されます。持ち物は、ランチョンマット・お箸セットです。献立表の持ってくるものの欄に「おわん」や「スプーン」と表記されている日は、忘れずに持たせてくださいますようお願いいたします。また23日(水)～25日(金)は各学年ごとに試食会があります。持ち物などは、保護者専用掲示板のスケジュールで確認下さい。試食会では、量や味つけ等少しでも毎日の食事の参考になればと思っています。ご感想をいただけるとうれしいです😊

※購入物資の都合により献立を変更することがあります。ご了承下さい。

【お願い】

- 給食の時の持ち物は【ランチョンマット・お箸セット】です。
- 持ってくるものに【おわん】や【スプーン】と書いてある時は忘れずに持ってきて下さい。