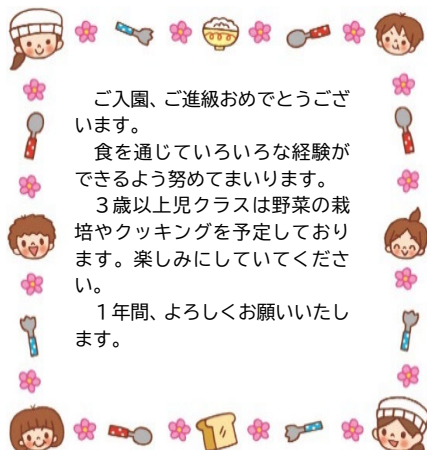


4月の給食だより

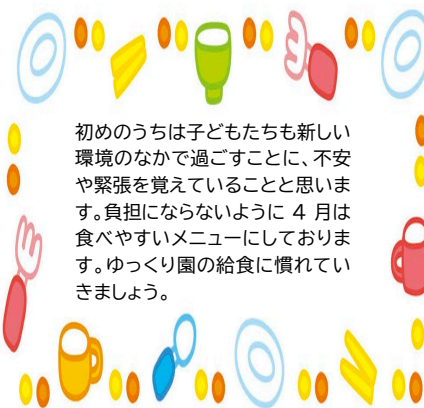
にまいばしこども園

日	曜日	昼食	おやつ	加り-	たんぱく質	脂質	塩分
1	火	入園式・祝い菓子					
2	水	鶏の唐揚げ・中華サラダ・ブロッコリー・すまし汁(卵豆腐、にら)・パン	いちごカップケーキ・お茶	415	17.3	20.0	1.5
3	木	魚の照り焼き・じゃが芋ソテー・胡瓜・みそ汁(豆腐、わかめ)・グレープフルーツ	わかめそうめん	409	13.8	14.8	1.3
4	金	ポークカレー・酢の物(卵)・ミニトマト・スープ(えのき、コーン)・バナナ	スイート南瓜・お茶	420	10.1	20.8	1.2
5	土	手作り弁当・スープ(キャベツ、卵)・オレンジ	メープルマフィン				
7	月	厚揚げ中華風旨煮・わかめとしめじの炒め・もやし・みそ汁(油揚げ、じゃが芋)・パン	ピザトースト・スキムミルク	457	29.1	20.7	1.7
8	火	鱈フライ・外れ肉・海草サラダ・ゆかり大根・すまし汁(はんぺん、小松菜)・バナナ	梅干しじゃこ炒飯・お茶	484	16.8	22.1	1.1
9	水	おにぎりの日 🍣 かつお・たらこ・南瓜サラダ・キャベツ・スープ(椎茸、卵)・グレープフルーツ	バナナブレッド・お茶	447	14.4	20.5	1.3
10	木	鶏肉和風炒め・竹輪とキャベツの味噌炒め・トマト・みそ汁(なめこ、長葱)・パン	月見うどん	371	16.7	16.8	1.6
11	金	さばの南蛮漬け・切干大根の炒り煮・ブロッコリー・すまし汁(もやし、厚揚げ)・バナナ	フルーツカスタード	443	17.0	21.2	1.8
12	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、長葱)・グレープフルーツ	チーズ蒸しパン				
14	月	煮込みハンバーグ・ポテトサラダ・ブロッコリー・スープ(白菜、ピーマン)・バナナ	ミルクサンド・スキムミルク	422	16.1	27.8	1.9
15	火	鮭のコンフィター・ひじきの煮物・ミニトマト・みそ汁(大根、油揚げ)・グレープフルーツ	柿の葉餅・お茶	452	21.0	24.9	1.1
16	水	野菜入り卵焼き・コーン・サラダ・キャベツ・スープ・クリーム・パン	ストロベリークレープ・お茶	485	17.6	31.4	1.5
17	木	クラッカー揚げ・わかめのみぞれ和え・ほうれん草・みそ汁(舞茸、キャベツ)・パン	ぞうすい	407	23.4	14.3	1.9
18	金	肉団子菜の花蒸し・華風和え・ゆかり大根・すまし汁(しめじ、はんぺん)・バナナ	マドレーヌ・お茶	401	13.8	17.4	1.0
19	土	手作り弁当・スープ(キャベツ、コーン)・パン	ガトーショコラ				
21	月	八宝菜・胡瓜のコンフィター・もやし・みそ汁(絹豆腐、長葱)・グレープフルーツ	ブルーベリーサンド・スキムミルク	499	25.9	21.4	1.9
22	火	さばの竜田揚げ・七目納豆・キャベツ・すまし汁(椎茸、白菜)・バナナ	えびとコーンの揚げたて・お茶	426	26.7	18.6	1.6
23	水	お誕生会 🎂 (3歳以上児クラスはお箸のみ持ってきてください)	お楽しみ			29.7	2.0
24	木	マーボー大根・シルバーサラダ・ブロッコリー・みそ汁(じゃが芋、油揚げ)・パン	さつま芋のクッキー・お茶	363	12.2	20.0	1.2
25	金	豆腐と納豆の仲良し揚げ・わかめと卵の炒め・トマト・すまし汁(人参、大根)・グレープフルーツ	じゃじゃ麺・お茶	413	18.7	18.4	1.3
26	土	手作り弁当・すまし汁(豆腐、わかめ)・オレンジ	ゼリー・源氏パイ				
28	月	いり鶏・もやしのナムル・キャベツ・みそ汁(じゃが芋、油揚げ)・バナナ	フルーツサンド・スキムミルク	410	22.1	14.2	1.8
29	火	昭和の日でお休み					
30	水	ひじきとコーンの天ぷら・ささみのごまだねサラダ・粉ふき芋・すまし汁(卵豆腐、万能葱)・パン	チキンライス・お茶	467	18.7	16.6	1.9

※仕入れ状況により献立内容が変更になる場合があります。



ご入園、ご進級おめでとうございます。
食を通じていろいろな経験ができるよう努めてまいります。
3歳以上児クラスは野菜の栽培やクッキングを予定しております。楽しみにしてください。
1年間、よろしくお願いたします。



初めのうちは子どもたちも新しい環境のなかで過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思います。負担にならないように4月は食べやすいメニューにしております。ゆっくり園の給食に慣れていきましょう。



お知らせ

9日(水)…おにぎりの日
(たんぼぼ、もも組は園で準備します)
23日(水)…お誕生会