

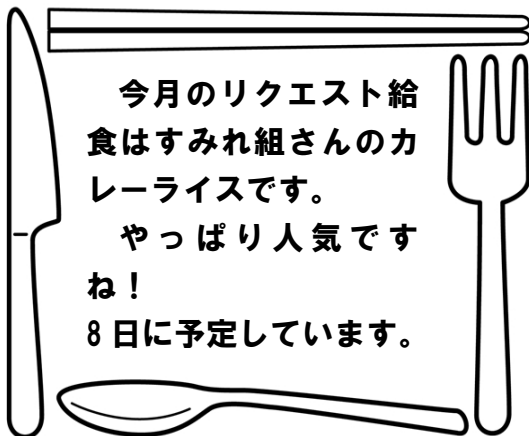
### 1カ月が経ちました

4月は環境の変化の影響を考慮し、なるべく食べ慣れている料理をメニューに取り入れていました。進級でお皿の大きさが変わったり、量も少し増えましたが、どのお友達も完食しています。新入園児さんは、入園当初は残食がありましたが、だんだんと保育園の味に慣れてきて少しずつ食べられる量も増えてきました。

これからもいろいろなメニューを食べて、いろいろな味を覚えていってほしいと思います。

### 旬の食材～キャベツ～

1年中お店に並んでいますが、水分が豊富でやわらかく、生で食べておいしいのは春です。キャベツにはビタミンCの他、胃潰瘍などの予防効果があるビタミンU、カリウム、カルシウム、食物繊維が豊富に含まれています。春キャベツは葉の巻きがゆるく弾力があり、葉がきれいでつやと張りのあるものを選ぶとよいでしょう。



\* 今月のおにぎりの日は11日(水)です。

\* 今月の給食展示は1日(月)、9日(火)、

15日(月)、24日(水)です。

\* 仕入れ状況により献立や給食展示日が

変更になる場合があります。ご了承ください。

日	曜	献立名	おやつ	Kcal
1	★月	豚のさっぱり煮・ブロッコリーサラダ・ミニトマトスープ(コーン・えのき)・グレープフルーツ	ジャムサンド スキムミルク	452
2	火	鮭のチーズ焼き・胡瓜と酢の物サラダ・コーンすまし汁(卵豆腐、万能葱)・キウイ	柏餅 お茶	426
3	水	憲法記念日でお休み		
4	木	みどりの日でお休み		
5	金	子どもの日		
6	土	手作り弁当・スープ(わかめ、白ごま)・おにぎり	チーズ蒸しパン	
8	月	ビーフカレー・わかめとしめじのサラダ・ミニトマトスープ(ピーマン、椎茸)・グレープフルーツ	フルーツヨーグルト	428
9	★火	魚の照り焼き・五目煮・ほうれん草お浸しみそ汁(豆腐、なめこ)・バナナ	コーンポトース スキムミルク	516
10	水	おにぎりの日(大豆の落とし揚げ・シロネ・サラダ・胡瓜漬け・すまし汁(厚揚げ、キャベツ)・おにぎり)	味噌おにぎり お茶	498
11	木	キャベツイリセージ・海藻サラダ・チーズスープ(卵、玉ねぎ)・パイナップル	わかめそうめん	376
12	金	魚のマリネ・七目納豆・トマトすまし汁(大根、人参)・キウイ	いちごアップケーキ お茶	467
13	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、板ふ)・バナナ	ゼリー・せんべい	
15	★月	カツオ春巻・ほうれん草胡麻和え・チーズすまし汁(筍、わかめ)・パイナップル	フレンチトースト スキムミルク	475
16	火	麻婆大根・利休和え・キャベツみそ汁(油揚げ、ほうれん草)・バナナ	梅干しじゃこ炒飯 お茶	444
17	水	マカロニグラタン・ささみサラダ・トマトスープ(ベーコン、えのき)・グレープフルーツ	きのこうどん	410
19	金	肉豆腐・もやしナムル・ブロッコリーすまし汁(大根、椎茸)・オレンジ	カルピスゼリー	397
20	土	手作り弁当・スープ(卵、わかめ)・いちご	ミニパン	
22	月	あじフライ・ほうれん草胡麻和え・大根ゆかり和えみそ汁(キャベツ、油揚げ)・パイナップル	りんごジャムサンド スキムミルク	467
23	火	いり鶏・ツナサラダ・粉ふき芋すまし汁(卵豆腐、万能葱)・グレープフルーツ	カルボナーラ お茶	448
24	★水	お誕生会☆(お箸だけ持たせてください)	お楽しみ	485
25	木	ポーチドエッグ・じゃが芋ソテー・アスパラスープ(なめこ、卵)・バナナ	ヨーグルトドーナツ お茶	479
26	金	厚揚げ中華風・白菜と大根のサラダ・トマトみそ汁(ふのり、油揚げ)・オレンジ	ポテト餅 お茶	485
27	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、板ふ)・パイナップル	シュークリーム	
29	月	サバのおろし煮・マセドアンサラダ・コーンみそ汁(玉葱、油揚げ)・バナナ	まぜまぜアイス	439
30	火	ひじきとコーンの天ぷら・洋風切り干し・ミニトマトスープ(白菜、人参)・グレープフルーツ	エビピラフ お茶	497
31	水	大根そぼろ煮・醤油フレンチ・ブロッコリーすまし汁(椎茸、にら)・キウイ	冷やしうどん	410