

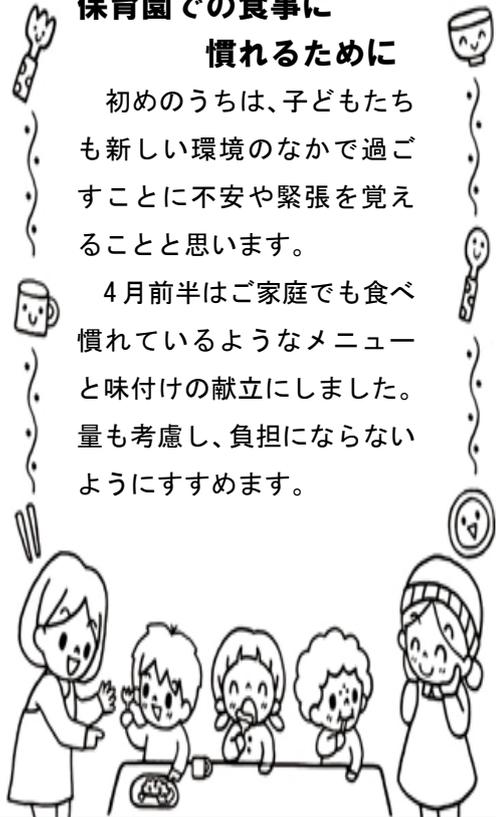
ご入園、ご進級 おめでとうございます❀

新入園児のお友達はドキドキの毎日、進級したお友達はワクワクの毎日が始まります。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味を持てるような環境作りに努めてまいりたいと思います。

保育園での食事に 慣れるために

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ることと思います。

4月前半はご家庭でも食べ慣れているようなメニューと味付けの献立にしました。量も考慮し、負担にならないようにすすめます。



日	曜	献立名	おやつ	kcal
1	月	入園式☆祝い菓子		
2	火	ポークカレー・華風和え・キャベツスープ(もやし、ほうれん草)・バナナ	ココアプリン	446
3	水	魚の照り焼き・七目納豆・キャベツみそ汁(豆腐、長ねぎ)・オレンジ	豚汁うどん	421
4	木	チキングラタン・海藻サラダ・コーンスープ(卵、マッシュ缶)・グレープフルーツ	バナナクレープ お茶	411
5	金	麻婆豆腐・ひじきサラダ・キャベツチーズすまし汁(しめじ、板ふ)・いちご	ミニパン ミニジュース	508
6	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、卵)・バナナ	チーズ蒸しパン	
8	月	さば竜田揚げ・コーンポタージュ・ブロッコリーみそ汁(わかめ、油揚げ)・キウイ	ミルクサンド スキム乳	560
9	火	いり鶏・ちくわとキャベツの味噌マヨネーズ・トマトすまし汁(卵豆腐、万能葱)・バナナ	さつま芋のクッキー お茶	418
10	水	おにぎりの日 △ぎせい豆腐・南瓜サラダ・大根ゆかり和え・みそ汁(なめこ、長ねぎ)・オレンジ	いちごカップケーキ お茶	441
11	木	鮭バーグ・凍り豆腐含め煮・キャベツすまし汁(筍、わかめ)・いちご	チキンライス お茶	497
12	金	ラムチーフ揚げ・ブロッコリー白和え・胡瓜漬けスープ(ピーマン、玉葱)・パン	カレーうどん お茶	471
13	土	手作り弁当・スープ(ごま、わかめ)・オレンジ	アップルパイ	
15	月	魚のマヨネーズ焼き・じゃがいもソテー・トマトすまし汁(卵、にら)・バナナ	コーンポタージュ スキム乳	579
16	火	鶏肉和風ソテー・ごぼうサラダ・コーンみそ汁(舞茸、玉葱)・キウイ	わかめうどん	453
17	水	大豆の落とし揚げ・春雨炒め・もやしすまし汁(生椎茸、白菜)・オレンジ	豆腐白玉 お茶	427
18	木	チーズ入り茶碗蒸し・わかめのみぞれ和え・ミニトマトスープ(ピーマン、マッシュ缶)・グレープフルーツ	ほくほくドーナツ お茶	470
19	金	肉じゃが・ブロッコリーサラダ・キャンディチーズみそ汁(大根、わかめ)・パン	加ビスゼリー	458
20	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	バームクーヘン	
22	月	鱈のピカタ・五目煮・ブロッコリーすまし汁(もやし、ほうれん草)・オレンジ	ポテサラサンド スキム乳	500
23	火	豆の天ぷら・白菜の甘酢和え・キャベツみそ汁(なめこ、長ねぎ)・バナナ	カレーうどん	410
24	水	お誕生会(お箸だけ持たせて下さい)	お楽しみ	
25	木	野菜の卵焼き・ひじきの煮物・粉ふき芋みそ汁(えのき、わかめ)・キウイ	パリパリピザ お茶	388
26	金	白菜と肉団子の旨煮・根野菜のごま味噌炒め・トマトすまし汁(うずらの卵、長葱)・グレープフルーツ	バナナブレッド お茶	492
27	土	手作り弁当・スープ(わかめ、卵)・パン	ビスケット ヨーグルト	

今月のおにぎりの日は10日(水)です。