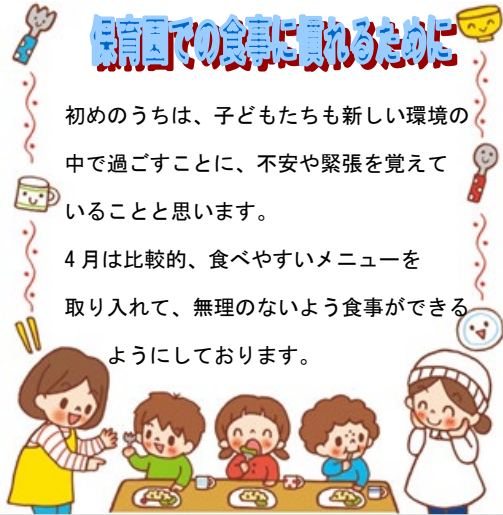


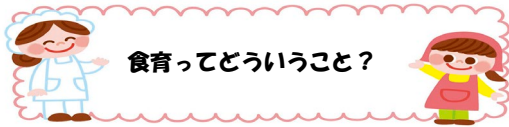
ご入園・ご進級おめでとうございます。新入園のお友だちはドキドキの毎日ですね。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味を持てるような環境作りに努めてまいります。



### 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中で過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思います。

4月は比較的、食べやすいメニューを取り入れて、無理のないよう食事ができるようにしております。



### 食育ってどういうこと?

食育とは、さまざまな体験を通して、『食』に関する知識と『食』を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食を営む力にとって、基礎ができる乳幼児期は重要な時期になります。

二枚橋保育園では、野菜の栽培や収穫、調理体験を行っています。自分が住んでいる地域の料理を学ぶことを目標として、献立に郷土料理の日を取り入れています。

保育園での食育活動を参考に、おうちでもぜひいろいろなことに挑戦してみてください。

ちゅーりっぷ、ゆり、すみれ組は調理実習がありますので、その際エプロン、マスク、三角巾の準備をお願いいたします。

### 今月のおにぎりの日は8日(水)です。

※仕入れ状況により、献立内容が変更と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	水	大根のそぼろ煮・わかめとしめじのササゲ・粉ふき芋 すまし汁(にら、卵豆腐)・バナナ	梅干じゃこ炒飯 お茶	349
2	木	ポークカレー・中華サラダ・コーン スープ(えのき、ピーマン)・いちご	カルピスゼリー	410
3	金	魚の照り焼き・五目納豆・もやしのゆかり和え みそ汁(人参、大根)・オレンジ	豚汁うどん	326
4	土	手作り弁当・スープ(わかめ、卵)・キウイ	ぶにたま	
6	月	麻婆豆腐・海草サラダ・ブロッコリー すまし汁(筍、わかめ)・バナナ	りんごジャムサンド スキムミルク	422
7	火	鱈のピカタ・春雨サラダ・トマト みそ汁(玉葱、椎茸)・オレンジ	ミートソース お茶	364
8	水	おにぎりの日(煮込みハンバーグ・ポテトサラダ・ミニトマト・ スープ(じゃが芋、ベーコン)・パイ)	ブラウニー お茶	433
9	木	チキングラタン・大豆とわかめのサラダ・大根ゆかり スープ(コーン、えのき)・いちご	わかめそうめん	410
10	金	かき揚げ・酢の物・キャンディチーズ みそ汁(なめこ、長葱)・グレープフルーツ	チーズカップケーキ お茶	420
11	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、卵)・バナナ	せんべい ゼリー	
13	月	のしどり・ひじきの煮物・キャベツ すまし汁(ほうれん草、厚揚げ)・オレンジ	ジャムサンド スキムミルク	490
14	火	鮭のチーズ焼き・もやしのナムル・ブロッコリー みそ汁(豆腐、わかめ)・いちご	バナナクレープ お茶	380
15	水	ちくわの2色揚げ・根野菜のごま味噌炒め・コーン スープ(白菜、ベーコン)・バナナ	かき玉うどん	463
16	木	豚肉の生姜焼き・すき昆布の煮物・トマト みそ汁(油揚げ、大根)・キウイ	ヨーグルトドーナツ お茶	400
17	金	魚のマリネ・胡瓜のコロコロサラダ・粉ふき芋 すまし汁(卵豆腐、ニラ)・グレープフルーツ	フルーツカスタード	422
18	土	手作り弁当・スープ(ごま、わかめ)・オレンジ	スイートポテト	
20	月	さぼりシウマイ・ツナサラダ・ミニトマト みそ汁(じゃが芋、人参)・パイ	卵サンド スキムミルク	477
21	火	鱈の酢豚風・シルバーサラダ・キャンディチーズ すまし汁(まいたけ、万能葱)・バナナ	ごまババロア	438
22	水	お誕生会☆(お箸のみ持たせてください)	お楽しみ	
23	木	鮭バーグ・ほうれん草ごま和え・ブロッコリー すまし汁(はんぺん、椎茸)・オレンジ	ピュアスナック お茶	380
24	金	白菜と肉団子の旨煮・醤油ソテー・南瓜煮 みそ汁(しめじ、玉葱)・グレープフルーツ	マドレーヌ お茶	428
25	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・パイ	いちごクレープ	
27	月	鶏肉和風ソテー・ブロッコリーサラダ・トマト みそ汁(ふのり、板ふ)・バナナ	ピザトースト スキムミルク	481
28	火	鮭のミルク煮・菜果サラダ・コーン スープ(ピーマン、えのき)・キウイ	Qちゃんおにぎり お茶	374
29	水	おやすみ		
30	木	ハムチーズ揚げ・華風和え・ミニトマト スープ(しめじ、コーン)・オレンジ	おから入りバウムクーヘン お茶	432