

4月		今月のホットランチ	あかの食品	みどりの食品	きいろの食品	その他調味料
日	曜日		血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの	熱や力になるもの	
1	月	ホットランチお休み				
2	火	ホットランチお休み				
3	水	ホットランチお休み				
4	木	ホットランチお休み				
5	金	ホットランチお休み				
8	月	ホットランチお休み				
9	火	始業式				
10	水	入園式				
11	木	クリームシチュー・コーンとツナのサラダ・果物	鶏肉・牛乳・ツナ	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・コーン・果物	じゃがいも・油	ホワイトルウ・シチューミクス・塩・酢
12	金	鯖の味噌煮・即席漬け・チンゲン菜とわかめのスープ	さば・みそ	しょうが・きゅうり・キャベツ・人参・チンゲン菜・わかめ・玉ねぎ・コーン		塩・中華だし
15	月	ポークビーンズ・スープ・果物	豚肉・大豆水煮	玉ねぎ・人参・トマト缶・トマトピューレ・キャベツ・もやし・コーン・果物	じゃがいも・砂糖	ケチャップ・塩・コンソメ・中華だし・しょうゆ
16	火	肉じゃが・和風サラダ・焼きのり	豚肉・かつおぶし	玉ねぎ・人参・白滝・絹さや・ほうれん草・もやし・コーン・焼きのり	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	しょうゆ・みりん・だし汁・酢
17	水	ドライカレー・ブロッコリーサラダ・牛乳	豚肉・牛乳	しょうが・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり	油	コンソメ・ケチャップ・カレー粉・塩・酢
18	木	さばそぼろ・小松菜の磯香和え・みそ汁	サバ水煮缶・豆腐・みそ	小松菜・人参・もやし・えのきたけ・ねぎ・わかめ	砂糖	しょうゆ・だし汁
19	金	ササミカツ・ひじきサラダ・コーンスープ	鶏肉・ツナ・牛乳	ほうれん草・ひじき・コーン・クリームコーン・玉ねぎ	パン粉・小麦粉・マヨネーズ・油	しょうゆ・コンソメ・塩・シチューミクス
22	月	親子煮・みそ汁・果物	鶏肉・油揚げ・たまご・みそ	玉ねぎ・人参・干し椎茸・白滝・小松菜・キャベツ・わかめ・果物	じゃがいも・油・砂糖	しょうゆ・塩・だし汁
23	火	麻婆豆腐・拌三絲・チーズ	豆腐・豚肉・みそ・卵・ロースハム・チーズ	しょうが・人参・干し椎茸・ねぎ・にら・きゅうり・もやし	油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨	しょうゆ・酢
24	水	煮込みハンバーグ・ほうれん草のごま和え・牛乳	鶏肉・豚肉・牛乳	トマトピューレ・ほうれん草・もやし・人参	パン粉・小麦粉・砂糖・ごま	ケチャップ・塩・しょうゆ・中濃ソース
25	木	さんまの竜田揚げ・三色ひたし・野菜汁	さんま・油揚げ・みそ	しょうが・ほうれん草・もやし・人参・ねぎ・えのきたけ	片栗粉・砂糖・じゃがいも	しょうゆ・酒・だし汁
26	金	カレー・ツナ和え・福神漬け	豚肉・ツナ	玉ねぎ・人参・きゅうり・コーン・キャベツ・福神漬け	じゃがいも・小麦粉・砂糖・マヨネーズ・油	カレー粉・しょうゆ・酢・中濃ソース・コンソメ・だし汁・塩

おたより 4月

2019

おうちのかたへ
「ご入園・ご進級おめでとうございます」

子どもたちにとっての食事は、心身の健やかな発達とともに、将来にわたる正しい食習慣の基礎を築くために大切です。

豊かな食の体験を積み重ねていくことができるよう、給食では以下の点に配慮して提供しています。

安全な食事の提供

■食中毒を防ぐために加熱調理を中心に提供します

■加工食品、輸入食品の使用は極力控えます

子どもにふさわしい食事の提供

■調理方法、盛り付けを工夫します

■栄養面に配慮し、薄味を心がけます

元気に園での活動や食事ができるように「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけてください。



☆保護者の方へ☆

初めて食べる料理や、家庭とは違う量や味付けに戸惑い、きちんと食べられないこともありますので、朝食をしっかりと食べてから登園させてください。

☆朝食で、体を温めよう☆

朝食をしっかりとると、体が元気に動き、頭の働きも活発になります。体を中から温め、体温を一定温度に高めるのは、食べ物だけです。たんぱく質の多い食べ物や、エネルギーを出すためのご飯やパンをしっかりと組み合わせて食べられると良いですね。

朝ごはんをしっかりと食べ、体を温めてから登園できるようにしましょう。



※献立内容を変更する場合があります。 ※調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵の入っていない製品を使用しています。