



# 4月 給食献立表



築港ちどり保育園 平成 30年 4月 1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
2	月	牛乳 シガーフライ	魚の竜田揚げ、春キャベツのごま和え、すまし汁	牛乳 磯の香おにぎり
3	火	牛乳 パナクリュームクラッカー	肉じゃが、青菜の磯和え、納豆、オレンジ	牛乳 ベジタベル
4	水	牛乳 パナナ	鶏肉の天ぷら、五目和え、じゃこ豆、味付けのり	牛乳 人参ゼリー
5	木	入園のつどい (動物ビスケット、ジュース)		
6	金	牛乳 ルヴァン	ハヤシチュー、コールスローサラダ、目玉焼き、もも缶	牛乳 チーズ、アンパンソフト せんべい
7	土	牛乳 ビスケット	五目うどん、青菜とちりめんのおかか和え、オレンジ	牛乳 ビスケット
9	月	牛乳 乳ボーロ	豚肉のマーマレード炒め、ごまドレッシングサラダ、トマト、手作りひじきふりかけ	牛乳 ミニメロンパン
10	火	牛乳 こんがりサクサク	春野菜の煮物、小松菜とツナの和え物、ウインナー、オレンジ	牛乳 とんがりコーン
11	水	牛乳 ぱくっとサンド	鮭の塩焼き、春キャベツとさやえんどうの炒め物、みそ汁 (3未)ちりめんごはん	牛乳 くずもち
12	木	牛乳 アンパンマンビスケット	さつま汁、青菜のお浸し、野菜と豆腐のナゲット	牛乳 米粉のもちもちケーキ
13	金	牛乳 ウエハース	マーボー丼、スナッペンどうのナムル、しゅうまい、パン缶	牛乳 ビーノ
14	土	牛乳 ビスケット	焼きそば、きゅうりの酢の物、バナナ	牛乳 ビスケット
16	月	牛乳 シガーフライ	魚の竜田揚げ、春キャベツのごま和え、すまし汁	牛乳 若草蒸しパン
17	火	牛乳 パナクリュームクラッカー	肉じゃが、青菜の磯和え、納豆、バナナ	牛乳 豆腐ドーナツ
18	水	牛乳 パナナ	鶏肉の天ぷら、五目和え、じゃこ豆、味付けのり	牛乳 人参ゼリー
19	木	牛乳 動物ビスケット	千草焼き、グリーンポテト、切干大根のみそ汁	牛乳 マカロニあべかわ
20	金	牛乳 ルヴァン	ハヤシチュー、コールスローサラダ、ゆで卵、もも缶	牛乳 小魚・ココナッツサブレ
21	土	牛乳 ビスケット	五目うどん、青菜とちりめんのおかか和え、オレンジ	牛乳 ビスケット
23	月	牛乳 乳ボーロ	豚肉のマーマレード炒め、ごまドレッシングサラダ、トマト、手作りひじきふりかけ	牛乳 ミニメロンパン
24	火	牛乳 こんがりサクサク	春野菜の煮物、小松菜とツナの和え物、ウインナー、オレンジ	牛乳 ベジタベル
25	水	牛乳 ぱくっとサンド	鮭の塩焼き、春キャベツとさやえんどうの炒め物、みそ汁 (3未)ちりめんごはん	牛乳 米粉のもちもちケーキ
26	木	牛乳 アンパンマンビスケット	さつま汁、青菜のお浸し、野菜と豆腐のナゲット、パン缶	牛乳 ごまじゃこトースト
27	金	牛乳 ウエハース	お子様ランチ(ベーコンピラフ、鶏のから揚げ、マカロニサラダ、トマト)、豆腐スープ、オレンジ	牛乳 とんがりコーン
28	土	牛乳 ビスケット	焼きそば、きゅうりの酢の物、バナナ	牛乳 ビスケット

**「給食」について**  
**「和食」とを中心した献立づくり**

和食を中心とした献立で、  
主食 (ごはん)、  
主菜 (肉・魚・卵・大豆製品等を主とするおかず)  
の組み合わせを基本にしています。また、旬の食材を取り入れて、季節を味わえるよう心がけています。

**園の給食に慣れよう**

家庭で食べたことのない味や苦手な食べ物もあるかもしれませんが、給食はいろいろな食品や料理との出会いを積み重ねる機会と考えています。先生や友達のかかわりの中で、少しずつ味に慣れ、「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。

## 旬の食材

○旬(しゅん)とは、その食べ物が最もおいしくて栄養価も高く、たくさん出回る時季のことです。3~5月頃が旬の春野菜は種類も豊富で、給食にもいろいろな献立に登場します。ご家庭でも旬の野菜から「春」を味わってみませんか。

○旬の野菜を使用した4月献立・・・春キャベツ、さやえんどう、スナッペンどう、たけのこ



すずらん・ひまわり・さくら組の保護者の方へ ごはん忘れの方は、お米を **60g** 持って来て下さい。