



# 4月 給食献立表



築港ちどり保育園 令和5年4月1日

| 日  | 曜 | 3歳未満児<br>10時のおやつ   | 給食献立名  | 3時のおやつ          |
|----|---|--------------------|--|-----------------|
| 1  | 土 | 牛乳 ビスケット           | スパゲッティナポリタン、じゃが芋のフレンチサラダ、バナナ   | 牛乳 クラッカー        |
| 3  | 月 | 牛乳 ウエハース           | 筑前煮、もやしとわかめの酢の物、ししゃもフライ、オレンジ (3未)菜飯                                    | 牛乳 メロンパン        |
| 4  | 火 | 牛乳 動物ビスケット         | 鶏肉のごまみそ焼き、青菜と切干大根の和え物、すまし汁、味付けのり                                       | 牛乳 豆乳バナナケーキ     |
| 5  | 水 | 牛乳 シガーフライ          | 入園のつどい(新入児・簡易給食/パン、ソーセージ、ゼリー、ジュース)<br>豆乳コーンシチュー、ブロッコリーのごまサラダ、ウインナー、バナナ | 牛乳 ヨーグルトババロア    |
| 6  | 木 | 牛乳 ビスコ             | 鮭の塩焼き、春野菜のきんぴら、ひじきふりかけ、豆腐のみそ汁  | 牛乳 チーズパインサンド    |
| 7  | 金 | 牛乳 アンパンマン<br>せんべい  | カレーライス、コールスローサラダ、チキンナゲット、オレンジ  | 牛乳 小魚甘辛、ソフトカステラ |
| 8  | 土 | 牛乳 クッキー            | ポテサラサンド、コンソメスープ、バナナ  | 牛乳 せんべい         |
| 10 | 月 | 牛乳 マンナ             | 肉じゃが、青菜の和え物、しゅうまい、バナナ  | 牛乳 おかかおにぎり      |
| 11 | 火 | 牛乳 カルシウムせんべい       | 煮魚、春キャベツのごま和え、納豆、わかめスープ  | 牛乳 みかんかるかん      |
| 12 | 水 | 牛乳 バナナ             | 豚肉の生姜炒め、粉ふき芋、ブロッコリーの塩ゆで、みそ汁  | 牛乳 りんごゼリー       |
| 13 | 木 | 牛乳 乳ボーロ            | マーボー豆腐、ナムル、焼き春巻き、オレンジ  | 牛乳 みたらしじゃが団子    |
| 14 | 金 | 牛乳 スティックパン         | おにぎり、ささみフライ、ポテトサラダ、トマト、コーンスープ、もも缶                                      | 牛乳 味しらべ         |
| 15 | 土 | 牛乳 せんべい            | 焼きそば、きゅうりの酢の物、バナナ  | 牛乳 おかき          |
| 17 | 月 | 牛乳 ウエハース           | ポークビーンズ、スナップエンドウとツナのサラダ、ミートボール、オレンジ                                    | 牛乳 シュガーサンド      |
| 18 | 火 | 牛乳 動物ビスケット         | スペイン風オムレツ、春雨サラダ、オニオンスープ  | 牛乳 プリンアラモード     |
| 19 | 水 | 牛乳 シガーフライ          | 魚の西京焼き、ひじきの炒め煮、小松菜納豆、すまし汁  | 牛乳 きな粉クッキー      |
| 20 | 木 | 牛乳 ビスコ             | 野菜たっぷりカレー風味煮、もやしの磯和え、ブロッコリーのゆかり和え、バナナ                                  | 牛乳 パンケーキ        |
| 21 | 金 | 牛乳 スティックパン         | ベーコンピラフ、鶏肉のから揚げ、マカロニサラダ、豆腐スープ、パイン缶                                     | 牛乳 チーズ、源氏パイ     |
| 22 | 土 | 牛乳 クラッカー           | けんちんうどん、焼きポテト、オレンジ   | 牛乳 サブレ          |
| 24 | 月 | 牛乳 カルシウムせんべい       | 豆腐とツナのハンバーグ、スパゲッティソテー、豆乳スープ  | 牛乳 フルーチェ        |
| 25 | 火 | 牛乳 バナナ             | 鶏肉の磯辺揚げ、干草和え、佃煮、豆腐のすまし汁  | 牛乳 若草蒸しパン       |
| 26 | 水 | 牛乳 乳ボーロ            | 魚のマヨパン粉焼き、切干大根のソース炒め、みそ汁、みかん缶  | 牛乳 ゆかりクッキー      |
| 27 | 木 | 牛乳 マンナ             | 豚肉のマーマレード炒め、華風和え、春雨スープ   | 牛乳 豆乳もち         |
| 28 | 金 | 牛乳 アンパンマン<br>ビスケット | ポークハヤシライス、大根サラダ、アンパンマンポテト、オレンジ   | 牛乳 しょうゆせんべい     |

## バランスのよい食事を (一汁三菜のすすめ)

栄養バランスの乱れた食事を続けていると、免疫力や抵抗力が落ちてしまいます。風邪や病気を寄せつけない、健康な体づくりのためには、バランスのとれた食事を続けることが大切です。健康な食生活の基本は「一汁三菜」から。注意したいのは、おかず3種の調理法や食材が重ならないこと。子どもたちが健康な体で過ごせるよう、ご家庭でもバランスのよい食事を心がけましょう。



### しよつきをたたくもとう!



アレルギーのある園児には、給食、おやつとも除去食や代替え食で対応しています。