



4月の給食だより

令和6年度 本渡はまゆう保育園

《4～6月のテーマ》
 楽しく食べる
 《献立作成上の考慮》
 新しい雰囲気考慮し、
 食べやすい、食べ慣れて
 いる献立を中心に進める。



☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
 ※園では年齢に応じて牛乳を1人
 当たり 50～180cc飲んで
 います。
 ※26日(金)はお誕生会&
 こいのぼり会です。
 ご飯はいりません。
 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆



日	曜	3歳未満児		副 食			3時のおやつ
		朝のおやつ	主食				
1	月	ウエハース	牛乳 麦ごはん	卵スープ	シーチキンマリネ	中華風ローストチキン	お麩のラスク・いりこ
2	火	バナナ	ヤクルト 麦ごはん	スタミナスープ	みそドレサラダ	鮭のオープン焼き	揚げパン・いりこ
3	水	ビスコ	牛乳 パン	ビーフシチュー	ピーマンとベーコンのソテー	しゅうまい	菜めしおにぎり
4	木	ヨーグルト	ヤクルト 麦ごはん	豚丼	スパゲティサラダ	スクランブルエッグ	うどんかりんとう
5	金	蒸し芋	R-1 麦ごはん	コンソメスープ	ほうれん草ナムル	ちりめん納豆	じゃがちゃん・いりこ
6	土	雪の宿	牛乳 パン	わかめスープ	もりもりきんぴら	ハムステーキ	
8	月	チーズ	牛乳 麦ごはん	すきやき風煮	ひじきの和風サラダ	ミートローフ風	ピーナツクリームサンド・いりこ
9	火	白い風船	ヤクルト 麦ごはん	親子丼	チンジャオロース	田作り	スタバ風スコーン
10	水	人参ゼリー	牛乳 パン	豆乳スープ	中華サラダ	ぎょうざ	五目うどん
11	木	Caせんべい	ヤクルト 麦ごはん	高野豆腐の卵とじ	ソースビーフン	魚のバターしょうゆ焼き	マーブルクッキー・いりこ
12	金	黄粉芋	R-1 麦ごはん	ワンタンスープ	ポテトサラダ	鶏マヨ	カルピスマース・ホームパイ
13	土	ムーンライト	牛乳 パン	大根の中華スープ	白菜と豚肉のうま煮	ミートボール	
15	月	たべっ子どうぶつ	牛乳 麦ごはん	麻婆豆腐	切り干し大根マヨサラダ	レバーの甘辛煮	チーズとハムのケーキサレ・いりこ
16	火	手作りクッキー	ヤクルト 麦ごはん	肉団子のクリーム煮	マカロニサラダ	鶏のごま味噌焼き	コーンマヨトースト・いりこ
17	水	プリン	牛乳 パン	中華風コーンスープ	韓国風炒め物	はんぺんのフライ	そぼろおにぎり・漬物
18	木	まがりせんべい	ヤクルト 麦ごはん	カレーライス	にしき和え	福神漬	ヨーグルトのフルーチェ風 ハッピーターン
19	金	ぶどうゼリー	R-1 麦ごはん	汁ビーフン	もやしのナムル	魚の香り揚げ	さつまいも蒸しパン・いりこ
20	土	丸ボーロ	牛乳 パン	れんこんスープ	ミートスパゲティ	ウインナー	
22	月	りんご	牛乳 麦ごはん	八宝菜	春雨サラダ	メンチカツ	ブルーベリージャムパン・いりこ
23	火	ヨーグルト	ヤクルト 麦ごはん	肉じゃが煮	ひじきの炒め煮	魚のしそフライ	チーズ万十・いりこ
24	水	乳ボーロ	牛乳 パン	カニカマススープ	鶏とキャベツのバターしょうゆ炒め	あおさのかき揚げ	とんこつラーメン
25	木	マカロニあべ川	ヤクルト 麦ごはん	肉豆腐丼	五目和え	鶏とかぼちゃの卵焼き	生クリーム和え・ばかうけ
26	金	黒糖みるく	R-1	＜お誕生会&こいのぼり会＞たけのご飯・鶏のレモンソース じゃが芋のドレッシング和え・味噌汁・ババロア			ココアケーキ
27	土	チョイス	牛乳 パン	ぎょうざスープ	牛肉の焼肉炒め	ちくわのチーズ炒め	
30	火	ぼたぼた焼き	ヤクルト 麦ごはん	けんちん汁	切り干しの炒め煮	魚の南部焼き	黒糖クッキー・いりこ

元気の源・朝ごはん

1日元気に過ごすために、朝ごはんをしっかり食べましょう。夜寝ている間に体温は下がりますが、朝ごはんを食べることで上がっていき、体を動かす準備や脳が働くためのエネルギーに変わります。朝ごはんを食べていないと集中力に差が出てきます。朝ごはんは大切です。

食育の日

毎月19日は「食育の日」といわれています。食材とふれあう、食べ物を大切にする、楽しく食事をする、マナーを身につけるなど、食育にもいろいろあります。園では、種や苗から野菜を育てたり、収穫した物を食べたりして体験していきたいと思います。