



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食	
1	15	木	やさしいジュース	ごはん けんちんじる さわらのさいきょうやき	にびたし おうとうかん	いりごなめしおにぎり むぎちや	こめ こんにやく にんじん だいこん ごぼう なまあげ ねぎ あぶら しょうゆ さけ わらみそ みりん さとう しょうが あぶらあげ こまつな とりにく えのきだけ おうとうかん いりごなめし のり むぎちや	ビスケット むぎちや
2	23	金	せんべい むぎちや	ちゅうかどん わかめスープ もやしのナムル	かわちばんかん	ジャムパン ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく にんじん ほくさい たまねぎ だけのこ きくらげ あぶら にんにく しお しょうゆ でんぶん こまあぶら グリンピース わかめ とうふ こま もやし ほうれんそう パプリカ ちゅうかドレッシング ガラ かわちばんかん ジャムパン ぎゅうにゅう	チーズ りんごジュース
3	土	かし むぎちや	ちゃんぽんめん さといものとりみそに はくとうかん			ピザパン ぎゅうにゅう	ラーメン ぶたにく にんじん きゃべつ しいだけ もやし ねぎ にら しょうゆ しお こまあぶら さといも いんげん とりにく みそ さとう みりん しょうが さけ でんぶん あぶら はくとうかん ピザパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
5	19	月	ビスケット むぎちや	むぎごはん たまねぎとほうれんそうのみそしる てりやきチキン	こうやとうふとにんじんのにも りんごかん	ポテトのみそいため ぎゅうにゅう	こめ むぎ わかめ ほうれんそう たまねぎ みそ とりにく みりん しょうが しょうゆ あぶら こうやとうふ にんじん いんげん さとう りんごかん じゃがいも ねぎ ぶたにく あかみそ ぎゅうにゅう	豆乳プッチンプリン
6	20	火	ゼリー	コッペパン カレーポターージュ さけのオーロラソース	イタリアンサラダ はくとうかん	ねこまんま むぎちや	コッペパン たまねぎ じゃがいも とりにく マッシュルーム パター あぶら こむぎこ ぎゅうにゅう なまぐりん カレー しお ガラ こしょう さけ トマトチャップ マヨネーズ きゅうり パプリカ ブロッコリー レタス きゃべつ かんきつドレッシング はくとうかん こめ しょうゆ パセリ ツナ むぎちや	ビスケット ヨーグルト
7	21	水	せんべい むぎちや	わかめごはん いもっこじる とりにくのさっぱり	のらぼうなのおひたし ようなしかん	みたらしだんご むぎちや	こめ たきこみわかめ こんにやく さといも ぶたにく あぶら だいにん ねぎ みそ とりにく しお す さけ さとう しょうゆ しょうが のらぼうな はくさい にんじん いとけずり ようなしかん もろこめ でんぶん むぎちや	ツナピラフ むぎちや
8	22	木	ビスケット むぎちや	ごはん とうふとこまつなのみそしる かれないのゆうあんやき	きりほしたいこんにつけ ヨーグルト	きなこトースト ぎゅうにゅう	こめ とうふ こまつな あぶらあげ みそ きれいな みりん しょうゆ さけ ゆず あぶら きりほしたいこん ちくわ にんじん いんげん しいだけ こまあぶら さとう ヨーグルト しょくパン きなこ パター ぎゅうにゅう	せんべい いちごとうにゅう
9	金	せんべい むぎちや	スパゲティミートソース はくさいのスープ キャロットサラダ	みかんかん		たまごまる ぎゅうにゅう	スパゲティー パター あぶら ぶたにく にんじん たまねぎ にんにく トマトピューレ こむぎこ トマトケチャップ はくさい ホールマト ウスターソース とりにく こまつな しお ガラ こしょう しょうゆ いんげん ホールコーン みかんかん パンパンジードレッシング たまごまる ぎゅうにゅう	ビスケット ぎゅうにゅう
10	土	かし むぎちや	ピピンバどん はるやさしいのスープ りんごかん			ツナパン ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく ねぎ しょうが にんにく さけ さとう しょうゆ あかみそ あぶら もやし にんじん こまつな こまあぶら しお こま とりにく たまねぎ きゃべつ ちんげんさい こしょう ガラ りんごかん ツナパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
12	26	月	のむヨーグルト	きびごはん ジャガイモとたまねぎのみそしる ぶたにくのしょうがいため	ひじきのいために おうとうかん	マカロニきなこ ぎゅうにゅう	こめ きび じゃがいも たまねぎ わかめ みそ ぶたにく ヒーマン パプリカ みりん しょうゆ しょうが にんにく さとう こしょう さけ あぶら ひじき にんじん いんげん あぶらあげ おうとうかん マカロニ きなこ しお ぎゅうにゅう	ビスケット むぎちや
13	27	火	せんべい むぎちや	プリオッシュ はるさめスープ さかなのハーブやき	かいそうのマリネ はっこうにゅう	きのごそうすい むぎちや	プリオッシュ はるさめ だけのこ きくらげ ワイナー あぶら しょうゆ ちんげんさい ねぎ しお さけ ガラ マルルーサ こしょう パプリカ ローリエ パセリ しょうが イン オリーブオイル にんじん かいそうミックス もやし きゃべつ パプリカ かんきつドレッシング はっこうにゅう こめ しめじ えのき しいだけ あぶらあげ むぎちや	ゼリー むぎちや
14	28	水	ビスケット むぎちや	たけのこごはん わかめのすましじる とりのりマヨやき	だいこんとちくわのもの はくとうかん	ジャムサンド ぎゅうにゅう	こめ たけのこ あぶらあげ にんじん とりにく あぶら さとう しょうゆ しお さけ わかめ とうふ えのきだけ マヨネーズ たまねぎ あおのり だいこん ちくわ みりん はくとうかん しょくパン アプリコットジャム ぎゅうにゅう	キャロットライス むぎちや
16	30	金	せんべい むぎちや	チキンカレー わかめとはくさいのスープ ブロッコリーのサラダ	あまなつ	あまなつとうパン ぎゅうにゅう	こめ むぎ とりにく たまねぎ にんじん じゃがいも あぶら カレー こしお トマトケチャップ グリンピース ちゅうのうソース ガラ わかめ はくさい しょうゆ こしょう こま パプリカ ブロッコリー きゃべつ フレンチドレッシング あまなつ あまなつとうパン ぎゅうにゅう	ビスケット むぎちや
17	土	かし むぎちや	ほうとううどん いんげんのきんぴらに ようなしかん			ウイナーパン ぎゅうにゅう	うどん ぶたにく あぶら だいこん かぼちゃ にんじん ごぼう ねぎ あぶらあげ しいだけ みそ みりん いんげん こんにやく さとう しょうゆ こまあぶら ようなしかん ウイナーパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
24	土	かし むぎちや	ケチャップライス カラフルやさしいスープ ようなしかん			アップルパン ぎゅうにゅう	こめ パター とりにく たまねぎ にんじん あぶら グリンピース トマトケチャップ しお こしょう ショルダーベーコン じゃがいも さとう ガラ ブロッコリー ようなしかん アップルパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや

\*材料の都合で、献立を変更することがあります。

今年度も安全で美味しい給食づくりに努めていきたいと思ひます。ご家庭と協働しながら、「こどもたちの成長」と「食を営む力」を育むお手伝いができればと思ひておひますので、よろしくお願ひいたします。

## 入園・進級 おめでとうございます!

おやつ 

からだところ  
の栄養

### マナー

あいさつや食事中の  
姿勢、箸の持ち方  
を学ぶ



献立

旬の食材を使った  
和食中心の  
メニュー 

エネルギー	たんぱく質	脂肪	
今月の献立	590Kcal	224g	17.1g
園の目標値	570Kcal	23.0g	16.0g
エネルギー	たんぱく質	脂肪	
今月の献立	543Kcal	200g	15.6g
園の目標値	530Kcal	21.0g	14.0g

### クッキング

自分で野菜を栽培  
したり、調理する



### 行事食

季節を感じ、  
食文化を  
知る 



4月は新しい生活のスタートの月ですね。

新しい部屋、新しい友達に子どもたちはドキドキです。環境の変化で体に疲れがたまりやすい時なので、しっかりと朝ごはんを食べて、元気に登園しましょう。