



令和4年度

4月こんだてひょう



日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
1(金)	マカロニサラダ オレンジ	鶏肉 ハム	砂糖 油 マカロニ マヨネーズ じゃがいも	玉ねぎ 人参 オレンジ	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン 蜂蜜 牛乳 マーガリン
4(月)	とうふのまさごあげ フレンチサラダ みそしる	鶏肉 ハム 豆腐 わかめ 味噌	油 フレンチドレッシング ジャガイモ	ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	ひとくちゼリー おかし 牛乳	ひとくちゼリー バームクーヘン 牛乳
5(火)	さばのにつけ きゃべつのごまあえ すましじる	鯖 ハム 豆腐 わかめ	油 ごま 砂糖	にんじん ねぎ きゅうり	さつまいもかりんとう ぎゅうにゅう	さつまいも 片栗粉 油 牛乳
6(水)	カレーふうみのたつたあげ はるさめサラダ みそしる	鶏肉 卵 ハム 味噌 豆腐	油 砂糖 ごま カレー粉 春雨 マヨネーズ	もやし 人参 ねぎ きゅうり	バナナ せんべい ぎゅうにゅう	バナナ せんべい 牛乳
7(木)	ミートスパゲティー レタスサラダ スープ 	合びき肉 ハム ベーコン	スパゲッティー 和風ドレ	玉ねぎ 人参 レタス	おにぎり おちゃ	米 ゆかり じゃこ おちゃ ごま
8(金)	てりやきチキン ポテトサラダ わかめスープ	鶏肉 わかめ ハム	油 砂糖 じゃがいも パン粉 マヨネーズ	人参 玉ねぎ きゅうり	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
11(月)	ぶたのしょうがやき きゃべつのおこんぶあえ スープ	豚肉 塩昆布 鶏肉	砂糖 油	人参 生姜 しめじ キャベツ ねぎ きゅうり	ラスク ぎゅうにゅう	フランスパン 砂糖 マーガリン 牛乳
12(火)	ミートローフ わかめとはるさめのあえもの みそしる	豚ひき肉 卵 牛乳 かまぼこ 豆腐 みそ	パン粉 麩 春雨	人参 ねぎ もやし きゅうり わかめ	ホットケーキ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス メープルシロップ 牛乳
13(水)	アジフライ きんぴらごぼう すましじる	アジ 豚肉 豆腐 わかめ	油 パン粉 砂糖	人参 ねぎ ごぼう	おかし オレンジ ぎゅうにゅう	おかし オレンジ 牛乳
14(木)	ハヤシライス スパサラダ チーズ	豚肉 ハム チーズ	油 砂糖 マヨネーズ スパゲッティー	玉ねぎ きゅうり 人参	ヨーグルト おかし	ヨーグルト おかし
15(金)	たきこみごはん ちくわのいそべあげ もやしサラダ すましじる 	ちくわ 豆腐 あげ 鶏肉	油 米 ごまドレ	もやし きゅうり ねぎ 人参 しめじ	おこのみやき おちゃ	キャベツ ウィンナー おちゃ お好み焼粉
18(月)	あつあげどうふのみそいため もやしのナムル すましじる	わかめ 厚揚げ豆腐 豆腐 かまぼこ 味噌	油 卵	もやし 人参 きゅうり 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ	ココアむしぼん ぎゅうにゅう	蒸しパンミックス ココア 牛乳
19(火)	お弁当の日				あげロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン きな粉 牛乳
20(水)	こうやどうふのたまごとし だいずのてんぷら コールスローサラダ	高野豆腐 卵 ハム 大豆 ちりめん	じゃがいも 油 砂糖	玉ねぎ グリーンピース 人参 キャベツ しそ	魚肉ソーセージ せんべい ぎゅうにゅう	魚肉ソーセージ せんべい 牛乳
21(木)	しろみさかなのフライ きりぼしだいこんのもの スープ	白身魚 油揚げ ベーコン	砂糖 油 ごま	人参 ねぎ 切り干し大根 もやし いんげん	フルーツヨーグルト せんべい	みかん缶 バイナップル缶 バナナ ヨーグルト
22(金)	ひじきいりあげつくね うめサラダ すましじる	鶏ひき肉 豆腐 ベーコン	砂糖	人参 カリカリ梅 きゅうり ねぎ なめこ 切り干し大根	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
25(月)	チャプチェ ツナサラダ みそしる	豚肉 油揚げ 豆腐 ツナ みそ	ごま油 マヨネーズ 糸こんにゃく	人参 なら しょうが にんにく キャベツ ねぎ 玉ねぎ	きなごマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ 砂糖 塩 きなこ 牛乳
26(火)	ぶたにくのみそやき きりぼしだいこんのあえもの すましじる	豚肉 味噌 豆腐 かまぼこ わかめ	油 砂糖 春雨	人参 切り干し大根 ねぎ きゅうり	セサミトースト ぎゅうにゅう	食パン ごま 砂糖 マーガリン 牛乳
27(水)	にくじゃが ちゅうかふうサラダ チーズ	牛肉 糸こんにゃく チーズ	油 砂糖 春雨 糸こんにゃく じゃがいも	人参 いんげん 玉ねぎ きゅうり	バナナ おかし ぎゅうにゅう	バナナ ビスコ 牛乳
28(木)	しろみさかなのしおこうじやき アスパラガスのウィンナーとたまごいため すましじる	白身魚 豆腐 卵 ウィンナー	油 砂糖	しめじ ねぎ アスパラガス	にんじんドーナツ ぎゅうにゅう	人参 ホットケーキミックス 油 砂糖

・材料購入の都合によっては変更させていただくことがあります。

・3歳児以上は毎日白ごはんをもってきてください。



お弁当の日はごはんとおかずをいれてもってきてください。

おたのしみにデザート(くだもの)をもってきていただいてもかまいません。

4月7日(木)、15日(金)は白ごはんはいりません。コップは持ってきてください





綾東こども園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

子供たちもひとつ大きくなり、新しいクラスに期待いっぱいだと思います。
安全でおいしい給食作りに心がけ、子供たちと「食」について様々なことを一緒に
学んでいきたいと思ひます。
今年度もよろしくお願ひ致します。

お知らせ

幼児(いぬ・ぱんだ・ぞう)

毎日、主食(白ごはん)を持ってきてください。

麺類の日は白ごはんはいりません。コップを持ってきてください。

- ★ 白ごはんをもってきてもらわなくていいメニューの日があります。
持ってこられた場合はそのまま持ち帰ります。



乳児(こねこ・ねこ・うさぎ)

お弁当の日以外は主食とおかずですので白ごはんはいりません。

- ★ 月に一度お弁当の日があります。
お弁当の日はおかず入りのお弁当を作ってきてください。

- ★ 材料購入の都合で献立を変更させていただくことがあります。

食事時の「いただきます」「ごちそうさま」
食べ始める時に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」。
あたりまえのようですが、慌ただしい生活の中では忘れてしまうこと
もありますね。子どもに習慣づけるには、まず大人がきちんとあいさ
つをしてみせる事が大切。そして、食事時にはなるべくテレビを消し、
食事に集中出来るようにしましょう。

