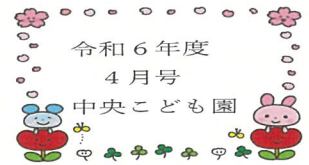




メニュー

# 給食だより



令和6年度

4月号

中央こども園

月	火	水	木	金	土
<p>1</p> <p>豚汁・手作りふりかけ・ひじきの五目煮・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・英字ビスケット ②牛乳・歌舞伎揚げ ③時)牛乳 フレンチトースト</p>	<p>2</p> <p>焼き鮭・蒸かし芋・ごぼうマヨサラダ・すまし汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・ひねり揚げ ②飲むヨーグルト・ミレービスケット ③時)牛乳 やせうま</p>	<p>3</p> <p>豚肉と厚揚げの炒め物・紅白なます・沢煮椀・リンゴ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミルクウエハース ②牛乳・きなこせんべい ③時)ピラフ</p>	<p>4</p> <p>チンジャオロース・ビーンズサラダ・トマトスープ・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・ミックスせんべい ③時)牛乳 ミルククッキー</p>	<p>5</p> <p>鶏肉のゴマ揚げ・ポイルブロッコリー・中華風和え・ほうれん草の味噌汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)牛乳 ぎょうざピザ</p>	<p>6</p> <p>牛丼・たくあん・卵入り酢の物・キウイ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)飲むヨーグルト シュガーパン</p>
<p>8</p> <p>ハヤシライス・福神漬け・コロコロパンパン・パイナップル</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・英字ビスケット ②牛乳・ミルクウエハース ③時)牛乳 パンケーキ</p>	<p>9</p> <p>ぎせい豆腐・ミニトマト・小松菜のおかか和え・すまし汁・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・きなこせんべい ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ ③時)牛乳 石垣もち</p>	<p>10</p> <p>牛肉とごぼう炒め・ナムル・なめこの味噌汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミレービスケット ②牛乳・英字ビスケット ③時)カリカリいりこ ひじきおにぎり</p>	<p>11</p> <p>鶏肉のケチャップ煮・ちくわの和え物・すまし汁・リンゴ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミルクウエハース ②牛乳・ミックスせんべい ③時)牛乳 おふラスク (シュガー)</p>	<p>12</p> <p>サバの竜田揚げ・枝豆・春雨の酢の物・南瓜の味噌汁・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)牛乳 ねぎ焼き</p>	<p>13</p> <p>野菜のトロトロスープ・ニラ玉炒め・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)飲むヨーグルト ちくわパン</p>
<p>15</p> <p>親子丼・たくあん・ひじきサラダ・パイナップル</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミレービスケット ②牛乳・ミルクウエハース ③時)カルピスボンチ</p>	<p>16</p> <p>魚の照り焼き・ポイルキャベツ・きゅうりと油揚げの酢の物・おふの味噌汁・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・ひねり揚げ ②飲むヨーグルト・歌舞伎揚げ ③時)牛乳 和風パスタ</p>	<p>17</p> <p>八宝菜・ブロッコリーのゴマしょうゆ和え・ワカメの味噌汁・リンゴ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミルクウエハース ②牛乳・英字ビスケット ③時)牛乳 レーズン入り黒糖蒸しパン</p>	<p>18</p> <p>高野豆腐の卵とじ・ツナ入り酢の物・すまし汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・英字ビスケット ②牛乳・ミックスせんべい ③時)炊き込みご飯</p>	<p>19</p> <p>ヒレカツ・ミニトマト・野菜のドレッシング和え・チンゲン菜の味噌汁・いちご</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)牛乳 きな粉スコーン</p>	<p>20</p> <p>園内研修(体操) 片栗市保協協議会研修会・総会</p>
<p>22</p> <p>のっぺい汁・おりめんのふりかけ・こんがり豚バラキャベツの塩炒め・リンゴ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・星たべよ ②牛乳・ミルクウエハース ③時)牛乳 いももち</p>	<p>23</p> <p>タンダーリーチキン・ポイルブロッコリー・きゅうりの甘酢和え・厚揚げの味噌汁・みかん</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・英字ビスケット ②飲むヨーグルト・ひねり揚げ ③時)牛乳 ミートスパゲティ</p>	<p>24</p> <p>筑前煮・ほうれん草の和え物・すまし汁・パイナップル</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ひねり揚げ ②牛乳・ミレービスケット ③時)牛乳 ココア風味ラスク</p>	<p>25</p> <p>きくらげの卵炒め・海藻サラダ・キャベツの味噌汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・ミルクウエハース ②牛乳・歌舞伎揚げ ③時)牛乳 しらすせんべい</p>	<p>26</p> <p>なかよし遠足 (お弁当)</p> <p>(9時)</p> <p>①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 ③時)牛乳 カップケーキ</p>	
<p>29</p> <p>昭和の日</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・英字ビスケット ②飲むヨーグルト・ミックスせんべい ③時)牛乳 カルシウムおやき</p>	<p>30</p> <p>魚の梅マヨ焼き・ポイルキャベツ・ササミ入り酢の物・油揚げの味噌汁・バナナ</p> <p>(9時)</p> <p>①飲むヨーグルト・英字ビスケット ②飲むヨーグルト・ミックスせんべい ③時)牛乳 カルシウムおやき</p>				



今月の野菜は玉葱です

4月4日(木) チンジャオロース

毎月のケーキ

4月8日(月) パンケーキ



### 旬の食材

新玉葱・新ごぼう・春キャベツ  
たけのこ・アジ・サワラ・いちご  
みかん・パイナップル



### ◎朝ごはんを食べましょう

- 朝食は体にプラスなことばかりです。
- ・体温を上げることで体が活動的になる
  - ・血糖値が上がり脳へエネルギーが運ばれる
  - ・噛むことで脳が目覚める
  - ・胃腸が活発になり便秘解消になる



### 絵本を取り入れたおやつ

4月26日(金)

『はらぺこ あおむし』の  
カップケーキ

