

4月給食献立表

日	曜日	3歳未満児 10時のおやつ	3未・3上児昼食献立	全員3時のおやつ
1	土	牛乳 クッキー	弁当デー	牛乳 ビスケット
2	日			
3	月	牛乳 おかき	白飯・厚揚げのあんかけ・のっぺい汁・果物	牛乳 かるかん ☆
4	火	牛乳 クラッカー	白飯・筑前煮・焼きししゃも・もやしとわかめの酢の物・果物	牛乳 小倉パン ☆
5	水	牛乳 クッキー	ひじきご飯・鶏肉のゴマみそ焼き・春キャベツの和え物・すまし汁	牛乳 リンゴゼリー ☆
6	木	牛乳 せんべい	白飯・うま煮・れんこんツナ炒め・果物	牛乳 抹茶マフィン ☆
7	金	牛乳 ビスケット	白飯・魚の竜田揚げ・切り干し大根の和風サラダ もずくスープ・ミニゼリー	牛乳 チーズ クッキー
8	土	牛乳 クラッカー	けんちんうどん・果物	牛乳 せんべい
9	日			
10	月	牛乳 せんべい	白飯・クリームシチュー・春キャベツとブロッコリーのサラダ 果物	牛乳 豆乳バナナケーキ ☆
11	火	牛乳 ジャムパン	梅ご飯・魚の塩焼き・春野菜のきんぴら・味噌汁・果物	お茶 おかかおにぎり ☆
12	水	牛乳 ビスケット	白飯・豚肉の生姜焼き・ジャーマンポテト・スナップエンドウ すまし汁	お茶 フルーチェ ☆
13	木	牛乳 クッキー	白飯・かき揚げ・切り干し大根の炒め煮・菜の花汁・ミニゼリー	牛乳 小魚 せんべい
14	金	牛乳 おかき	白飯・新じゃがの五目煮・小松菜煮びたし・オクラ納豆	牛乳 果物盛り合わせ ☆
15	土	牛乳 クラッカー	スパゲティミートソース・きゅうりの磯和え・果物	牛乳 クッキー
16	日			
17	月	牛乳 せんべい	白飯・肉じゃが・ししゃも味噌干し・キャベツのごま酢和え・果物	牛乳 サクサクきなこクッキー☆
18	火	牛乳 カステラ	白飯・魚のカレー醤油焼き・五目和え・金時煮豆・若竹汁・果物	牛乳 若草蒸しパン ☆
19	水	牛乳 ビスケット	白飯・春野菜の煮物・ブロッコリーと豆腐のサラダ・果物	牛乳 マヨネーズパン ☆
20	木	牛乳 クッキー	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 ミニゼリー	牛乳 せんべい
21	金	牛乳 クラッカー	白飯・豚肉と厚揚げの中華炒め・ナムル・春キャベツのおぼろ汁 果物	牛乳 豆腐入り甘辛団子 ☆
22	土	牛乳 ビスケット	サンドイッチ・ポトフ・果物	牛乳 クッキー
23	日			
24	月	牛乳 せんべい	カレーライス・コールスローサラダ・ゆで卵	牛乳 オニオンケーキ ☆
25	火	牛乳 ジャムパン	白飯・煮魚・小松菜とツナのサラダ・味噌汁・果物	牛乳 じゃがいも入りキッシュ☆
26	水	牛乳 おかき	白飯・信田煮・レバーの照り煮・青菜のしらす和え・果物	牛乳 エッグタルト ☆
27	木	牛乳 ビスケット	白飯・高野豆腐のオランダ煮・春雨サラダ・すまし汁・納豆	牛乳 小魚 せんべい
28	金	牛乳 クラッカー	白飯・ポークビーンズ・彩野菜の和え物・果物	お茶 ヨーグルト ☆
29	土			
30	日			

☆印は手作りおやつです。

ご入園・ご進級おめでとうございます

春の光をいっぱい浴びてきれいに咲いた園庭の花…
そんな環境の中で元気いっぱい
もっともっと大きくなって欲しい…
そして“素材の美味しさ”“食事の楽しさ”を感じられるようになって欲しい…
そんな思いを込めて今年度も給食を作っていきます。



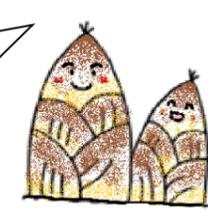
旬の春野菜を紹介します

旬(しゅん)とは…その食べ物が最もおいしくて栄養価も高く、たくさん出回る時期のことです。
3月～5月頃が旬の春野菜は種類も豊富で、いろいろな料理に登場します。
旬の野菜から「春」を味わってみませんか。



さやごと食べられます。ほんのり甘みがあり、ぷりっとした食感が人気です。サラダ・煮物・炒め物などにてきしています。

“ずんぐり・むっくり”したものが美味しいそうです。食物繊維を多く含み、便秘の予防・改善に役立ちます。



春キャベツは、みずみずしくやわらかく甘みもあり、ビタミンCが豊富。さっと火を通して食べると、素材そのものの味を楽しめます。

この時期のじゃがいもは水分を多く含み、皮が薄いのが特徴です。味が淡白なので、さまざまな料理に使えます。



こども園の給食

「和食」を中心とした献立づくり

和食を中心とした献立で、主食(ごはん)、主菜(肉・魚・卵・大豆製品等を主とするおかず)、副菜(野菜を中心とするおかず)の組み合わせを基本にしています。また、旬の食材を取り入れて、季節を味わえるよう心がけています。

手作りを中心とした給食づくり

手作りを心がけ、できるだけ調理加工品を使用しないようにしています。もちろんコロッケ等は給食室で手作りし、シチューやグラタンはルウから作ります。

安心・安全な給食づくり

できる限り国産の旬の食材を使用するよう心がけています。また、納品時には給食調理員が、品質、品温、賞味期限、産地等を確認します。食中毒を起こさないように衛生、安全管理に配慮し給食を作っています。



ルウはホワイトソース(小麦粉+バター)から作っています。



だしは昆布、かつお節、煮干しからとっています。