



きゅうしょくだより



春の暖かな日差しの中、新しい年度がスタートしました。入園・進級おめでとうございます🌸
子どもたちが元気いっぱい園生活を送れるよう、栄養バランスを大事にしながら、安心・安全
でおいしい給食の提供を心がけていきます。

給食を通して、食べることの楽しさや大切さを伝えていきたいと思います。どうぞよろしくお
願いいたします。

生活リズムを整えましょう♪

新しい生活が始まる4月は、生活リ
ズムを整えることがとても大切な時
期です。「早寝・早起き・朝ごはん」を
心がけることで、体と頭がしっかり目
覚め、元気に一日をスタートできます。

朝ごはんは、寝ている間に使われた
エネルギーを補い、体温を上げて活
動しやすい状態にしてくれる大切な
食事です。ごはんやパンなどの主食
に、卵・納豆・ヨーグルトなどのたんぱ
く質、野菜や果物を組み合わせると、
栄養バランスが整いやすくなります。

ご家庭でも、無理のない範囲で生
活リズムを整えることを意識してい
ただけたらと思います😊

春は、やわらかく甘みのある野菜が美味し
くなる季節です。キャベツ、新玉葱、アスパ
ラガスなど、春ならではの野菜が多く出回
ります。

旬の食材は、その時期に一番おいしく、栄
養も豊富です。また、季節の食べ物に触れ
ることは、子どもたちが四季を感じる良い
きっかけにもなります。

給食でも春の食材を取り入れながら、季節
を感じられる献立を心がけていきます🌸

～今年度の職員紹介～

栄養士：_____
栄養士：_____
調理員：_____
補佐：_____



おしらせ

☆☆お誕生会は**9日**です☆☆

月組、桃組、桜組は、
コップとお箸の日です。
お弁当は要りません。



～食育活動～

10日(金)…新わかめの色の变化
(つき・もも・さくら組)

13日(月)…竹の子の皮むき
(つき組)





こんだてひょう



	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
屋食			1 ☆入園式・進級式☆ 焼きそば ゴマドレサラダ 果物	2 BBQチキン ヨーグルト和え ペイザンヌスープ	3 焼き魚 五目きんぴら 豆乳味噌汁	4 ポークチャップ マカロニサラダ 果物
おやつ			牛乳 ハニートースト	牛乳 チーズサフレ	牛乳 お麩のラスク	牛乳 お菓子
屋食	6 塩麩のチキンソテー マセドアンサラダ ミルクスープ	7 魚のコーンマヨネーズ ドレッシングサラダ 春野菜と卵のスープ	8 太平燕 三色酢の物 果物	9 ☆お誕生会☆ チキンライス 甘辛ソース唐揚げ グリーンサラダ コンソメスープ・果物	10 きつねうどん 春野菜の納豆和え 果物	11 春の遠足
おやつ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 ライス・クリスピー	牛乳 マシュマロサンド	牛乳 アンパンマンケーキ	牛乳 コーンチキミ	
屋食	13 ☆竹の子の皮むき☆ 野菜カレー コールスロー ゆで卵	14 筑前煮 しらす入り酢の物 果物	15 煮魚 南瓜の煮物 若竹汁	16 青椒肉絲 胡瓜とじゃこの 中華和え ニラ玉スープ	17 鶏肉のアングレース 卵サラダ コーンスープ	18 肉野菜炒め 胡瓜のゆかり和え 果物
おやつ	牛乳 果物	牛乳 桜餅	牛乳 金時豆煮・えびせん	牛乳 タケ/コおにぎり	牛乳 マドレーヌ	牛乳 お菓子
屋食	20 焼きビーフン 南瓜サラダ 果物	21 ポテトグラタン 人参サラダ ミネストローネ	22 照り焼きバーグ 大豆サラダ オニオンスープ	23 麻婆豆腐 えのきの中華和え 果物	24 魚のフライ トマトソース シルバーサラダ わかめスープ	25 南瓜と厚揚げの 含め煮 和風サラダ 味付け海苔
おやつ	牛乳 ポッフコーン	牛乳 牛乳プリン	牛乳 安倍川マカロニ	牛乳 胡麻団子	牛乳 チョコスコーン	牛乳 お菓子
屋食	27 鯖の胡麻ソース ひじきのハリハリ 和風サラダ 春野菜味噌汁	28 チリコンカン ピーナッツ和え 果物	29 4月29日 昭和の日 	30 鶏肉とキャベツの 春雨煮 ツナサラダ 果物		
おやつ	牛乳 丸ポーロ	牛乳 ひよこ蒸しパン	牛乳 ミルク餅			