



日	献立名	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
★1 月	カレーライス イースターエッグ 春キャベツサラダ いちご オレンジ 牛乳	マリー	フルーチェ
2 火	ロールパン トマトスープ マカロニグラタン フレンチサラダ りんご	ぱりんこ	ツナマヨおむすび
3 水	わかめごはん カマボコすまし汁 鶏梅マヨ焼き 水菜コーン和え チーズ グレープフルーツ	五穀ビスケット	スノーボールクッキー 牛乳
★4 木	☆☆☆ お花見給食 ☆☆☆	クッキー	うさぎケーキ 牛乳
5 金	麦ごはん ごぼうスープ あじ南蛮漬け コロコロサラダ バナナ	カルシウムせんべい	プリン
6 土	ナポリタン 小松菜サラダ 果物 牛乳	星たべよ	菓子
7 日			
8 月	雑穀ごはん 大根みそ汁 豚のしょうが焼き 青菜と炒り卵和え物 オレンジ	味しらべ	レモン-toast 牛乳
9 火	キャロットライス レタススープ 鮭チーズ焼き ナムル バナナ	クラッカー	リッツサンド 牛乳
10 水	黒豆おこわ 豚汁 千草焼き 水菜昆布和え グレープフルーツ	ぱりんこ	チュロス 牛乳
★11 木	アンパンマンライス 麩すまし汁 タンドリーチキン ブロッコリーサラダ いちご	白い風船	あん蒸しパン 牛乳
12 金	うどん ちくわ天ぷら チンゲン菜酢の物 りんご	カルシウムウエハース	とうもろこしおむすび
13 土	(参観日)		
14 日			
15 月	麦ごはん もずくすまし汁 さば竜田揚げ 小松菜お浸し グレープフルーツ	マリー	ビーフン炒め 牛乳
16 火	サンドイッチ ポークビーンズ 大根サラダ バナナ 牛乳	星たべよ	いなり寿司
17 水	中華おこわ 鶏団子スープ レバニラ炒め オレンジ	五穀ビスケット	ボンデケーキ 牛乳
18 木	菜の花ごはん かぼちゃみそ汁 豆腐五目揚げ 大根しらす和え りんご	味しらべ	フルーツヨーグルト
★19 金	赤飯 野菜スープ 照りマヨハンバーグ ポテトサラダ 人参グラッセ グレープフルーツ	カルシウムせんべい	クレープ ココア
20 土	ウインナーピラフ ブロッコリー青しそ和え 果物 牛乳	白い風船	菓子
21 日			
22 月	高菜ごはん ほうれん草スープ 鶏ピザ焼き 春雨サラダ バナナ	ぱりんこ	チヂミ 牛乳
23 火	たけのこごはん 水菜すまし汁 さわら木の芽焼き 三色和え りんご	カルシウムせんべい	スイートプールの 牛乳
24 水	三色丼 キャベツスープ ひじきツナサラダ 高野豆腐煮 オレンジ	味しらべ	じゃが芋もち 牛乳
25 木	雑穀ごはん しめじみそ汁 油揚げ肉詰め煮 大根酢の物 グレープフルーツ	クラッカー	コーンホットケーキ 牛乳
26 金	醤油ラーメン 揚げしゅうまい チンゲン菜中華和え バナナ 牛乳	白い風船	りんごゼリー 鉄ウエハース
27 土	(お弁当の日)		
28 日			
29 月	(祝日)		
30 火	ゆかりごはん たまごスープ 松風焼き ごぼうごま和え オレンジ	マリー	バナナココアケーキ 牛乳

* 行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

* 3歳未満児の10時おやつにはスキムミルクが付きます。





行事食	
★1日(月)	進級入園式
★4日(木)	お花見給食
★11日(木)	お祝いメニュー
★19日(金)	お誕生会



進級・入園おめでとうございます



…保育園での食事について…



乳幼児期は、心と体が大きく成長する時期です。

毎日のおやつを含め4回の食事をは、1日の活動と成長に必要な栄養を取り入れるだけでなく、食事の《楽しさ》《おいしさ》を味わい、【食事のマナー】を身につけるものでもあります。

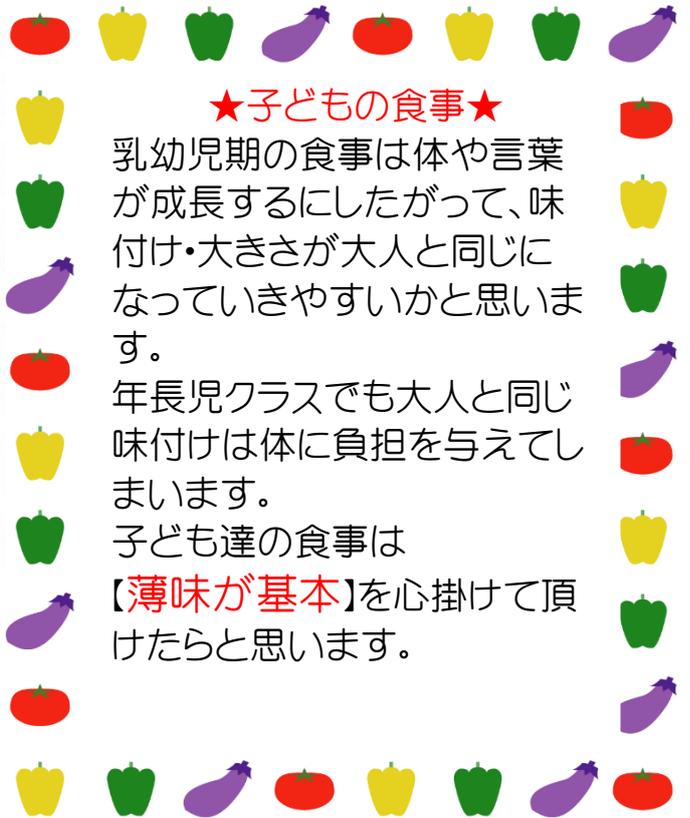
いただきます!



ごちそうさま!



保育園では、1日に摂りたい栄養量の約40～50%しか摂れません。家庭での朝・夕の食事でバランスをとりましょう。
★家庭と保育園の両方の食事が子ども達にとってとても大切になってきます。



★子どもの食事★

乳幼児期の食事は体や言葉が成長するにしたがって、味付け・大きさが大人と同じになっていきやすいかと思えます。

年長児クラスでも大人と同じ味付けは体に負担を与えてしまいます。

子ども達の食事は【薄味が基本】を心掛けて頂けたらと思えます。



★展示食について★

玄関には、その日のゆり組(5歳児)の給食を置いています。(離乳食は個人で違いがあります。)お迎えの時にぜひ子ども達と見て帰ってください。

