

4月 給食だより

社会福祉法人・智雲山福祉会 こがね保育園 令和2年3月31日発行

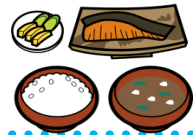
暖かい春の日差しに包まれて、わくわく、どきどきの新年度が始まりました。新しい生活に緊張と不安がいっぱいだと思いますが、毎日元気に過ごしたいと思います。

給食便りでは、給食や食育に関する様々な情報をお知らせしていきます。また、日々の給食を通して食事の大切さや食べることの楽しさを子どもたちに伝えていきたいと思ひます。

お知らせとお願い

- ★ 3歳以上児さん(桜・梅組) 朝炊いたご飯を持たせて下さい。ご飯がない場合は、お米を一合持たせて下さい。
- ※ふりかけ、味ご飯は禁止です。
- ★ 朝ごはんは、一日の大切なエネルギー源です。必ず、食べて登園させて下さい。
- ★ 体調が悪い場合など、食事に注意が必要な場合は、登園時にお知らせ下さい。
- ★ 行事等で、お弁当(ご飯)がない日があります。おたよりでご確認下さい。

見てください!!!



玄関に給食を展示しております。送迎の際にぜひご覧ください。ご家庭での献立の参考になれば嬉しいです。

「早寝・早起き・朝ごはん」で元気!!!



旬の食材を味わおう!

新玉ねぎ
皮が薄く、水分が多く柔らかいのが特徴

春キャベツ
形が丸くて小さめ柔らかくて薄い、水分が多く甘みがある。

超簡単レシピ

- ※薄切りにし花かつおをのせポン酢をかける。
- ※塩昆布を合わせるだけでも美味しく頂けます。



日	曜	献立	AM おやつ	PM おやつ
1	水	洋風かき玉汁・春キャベツのサラダ	牛乳・ビスケット	スキム・パン
2	木	スパニッシュオムレツ・マカロニサラダ	牛乳・トースト	スキム・バナナケーキ
3	金	麻婆豆腐・ほうれん草の葉の花和え	牛乳・おかき	スキム・お好み焼き
4	土	スパゲティミートソース・わかめスープ	牛乳・クッキー	お茶・おにぎり
5	日	お花見		
6	月	豆乳豚汁・ひじきの煮物	牛乳・いりご	スキム・ヨーグルト
7	火	魚のヨネーズ焼き・もやしのナムル	牛乳・チーズ	スキム・かりんとう
8	水	花祭り(お弁当はいりません)	お茶・ヨーグルト	ココアスキム・パン
9	木	五目きんぴら・キャベツの甘酢和え	牛乳・ジャムパン	スキム・大学いも
10	金	春の遠足(手作り弁当持参下さい)	牛乳・リンゴ	おかし
11	土	焼きそば・レタスサラダ	牛乳・ホットケーキ	お茶・おにぎり
12	日	お祭り		
13	月	チーズカレー・りんごサラダ	牛乳・いりご	スキム・アメリカンドッグ
14	火	魚の竜田揚げ・ドレッシングサラダ	牛乳・昆布	スキム・オムレット
15	水	豚肉の甘辛煮・アスパラのサラダ	お茶・ヨーグルト	スキム・パン
16	木	和風ハンバーグ・コールスローサラダ	牛乳・トースト	のおヨーグルト・チーズ揚げ
17	金	大豆の五目煮・ししゃもの天ぷら	牛乳・ビスケット	スキム・アップルケーキ
18	土	ハヤシライス・ほうれん草のおかか和え	牛乳・クラッカー	お茶・ちりめんおにぎり
19	日	お祭り		
20	月	クラムチャウダー・フレンチサラダ	牛乳・いりご	スキム・フルーツライフル
21	火	切干大根の煮物・肉団子	牛乳・チーズ	お茶・座禅まめ
22	水	厚揚げの味噌炒め・ビーンズサラダ	お茶・ヨーグルト	ココアスキム・パン
23	木	魚のカレーフリッター・ナムル	牛乳・フレンチトースト	スキム・お好み焼き
24	金	誕生会メニュー(お弁当はいりません)	牛乳・ボーロ	スキム・水ようかん
25	土	五目ビーフン・卵スープ	牛乳・おかき	お茶・青菜おにぎり
26	日	お祭り		
27	月	ポークビーンズ・しらす酢の物	牛乳・いりご	お茶・亀鶴頭
28	火	新じゃがの煮物・キャベツレモン和え	牛乳・チーズ	スキム・ドーナツ
29	水	昭和の日		
30	木	すり身の栄養揚げ・春雨の酢の物	牛乳・ジャムパン	スキム・クレープ

※AM おやつは桃・たんぽぽ組のみです。
※毎日、汁物・果物が付きます。
※都合によりメニューの変更もあります。

