



4月のこんだてひょう



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	12日(火) おにぎりの日 さくらんぼ組は園で用意します。		早起き・早寝・朝ごはんを習慣づけよう 		1 わかめせん 麦茶	2 クッキー 麦茶
昼食	20日(水) 誕生会<完全給食> 27日(水) パンの日 さくらんぼ組は園で用意します。 ※食パンやロールパンを持たせてください。		夜遅くまで勉強をして睡眠時間が少なかったり、体内時計のリズムが乱れたりすると、体調をくずしやすくなります。早起き早寝で十分な睡眠時間を確保して、朝は太陽の光を浴びて朝ごはんを食べ、体内時計のリズムをととのえることが大切です。規則正しい生活習慣を心がけましょう。		 手作りお弁当	焼肉丼 和え物 みそ汁 果物
午後					サーターアングギー 牛乳	
午前	4 入園式	5 小魚せん 麦茶	6 蒸しぱん 麦茶	7 クラッカー 麦茶	8 枝豆ビスケット 麦茶	9 せんべい 麦茶
昼食	 入園式	麦ごはん さつま芋煮 タラフライ サラスパサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 和え物 親子丼風煮 海藻サラダ みそ汁 果物	麦ごはん 胡麻和え 肉団子の酢豚風 アスパラサラダ みそ汁 果物	麦ごはん トマト 鶏肉と大豆の揚げ煮 小松菜のナムル 豆乳汁 果物	チャーハン サラダ スープ 果物
午後		せんべい 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	ジャコのおにぎり 牛乳	フルーツヨーグルト	
午前	11 ポーロ 麦茶	12 胡麻クッキー 麦茶	13 マフィン 麦茶	14 ヨーグルト	15 くだもの	16 ポーロ 麦茶
昼食	麦ごはん コーンソーテー カレー風肉じゃが 大豆サラダ みそ汁 果物	おにぎり~おにぎりの日~ 鮭の香味揚げ フロッコリー ほつれん草の白和え みそ汁 果物	麦ごはん トマトサラダ チーズオムレツ ごぼうサラダ わかめスープ 果物	麦ごはん 南瓜煮 肉豆腐 小松菜のジャコサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 枝豆 タラのマヨ焼き 鶏ささ身のサラダ みそ汁 果物	焼うどん 和え物 スープ 果物
午後	ジャムパン 牛乳	トマト蒸しぱん 牛乳	大学芋 牛乳	ピーフン炒め 牛乳	バナナケーキ 牛乳	
午前	18 ラスク 麦茶	19 ホットケーキ 麦茶	20 えびせん 麦茶	21 蒸しぱん 麦茶	22 お焼き 麦茶	23 ビスコ 麦茶
昼食	麦ごはん こぶき芋 きのこハンバーグ 三色ナムル コーンスープ 果物	麦ごはん ふりかけ 焼魚 きんぴらごぼう マカロニサラダ みそ汁 果物	 おたんじょうかい	麦ごはん 小松菜和え 八宝菜 卵焼き みそ汁 果物	麦ごはん 大豆煮 鮭のムニエル ピーマンのツナ和え クラムチャウダー 果物	和風スパゲッティ サラダ スープ 果物
午後	クッキー 牛乳	お好みポテト 牛乳	オムレット 牛乳	わかめご飯のお焼 牛乳	Feウエハース ヨーグルト	
午前	25 芋もち 麦茶	26 ツナお焼 麦茶	27 パナナクッキー 麦茶	28 ウエハース 麦茶	29 昭和の日	30 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん 鮭フレーク 松風焼き キャベツのおかか和え みそ汁 果物	麦ごはん 磯和え 鮭のちゃんちゃん焼き フロッコリーの胡麻和え みそ汁 果物	 パン~パンの日~ メンチカツ 里芋煮 春雨サラダ スープ 果物	麦ごはん 納豆 厚揚げの中華煮 南瓜サラダ みそ汁 果物	 昭和の日	 手作りお弁当
午後	Caせんべい 牛乳	春のアスパラおにぎり 牛乳	じゃがクッキー 牛乳	卵サンド 牛乳		

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。
※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

食育目標 園の食事に慣れる。
0.1.2歳児~いろんな食べ物があることを知る。
3歳以上児~楽しい雰囲気の中で食事をする。

大切な食事のあいさつ いただきます・ごちそうさま
日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかわった人々への感謝の気持ちが込められています。

