



# 給食予定献立表



社会福祉法人  
春日保育園

平成 26 年 4 月分

日曜	副食	3時	3歳未満児追加食			備考
			9時	副食	3時	
1 火	ごはん さかなのムニエル さつまいものうめマヨネーズあえ ごまあえ くだもの	ミルク あんパン	牛乳 果物	味噌汁 卵豆腐 切り昆布煮	牛乳 あんパン	
2 水	バターロールパン やきそば コールスローサラダ ゆでたまご	ぎゅうにゅう スキムわらびもち	牛乳 せんべい	コーンクリームスープ チキンナゲット 果物	牛乳 スキムわらび餅	
3 木	ごはん さかなのみぞれに にくじゃが むしキャベツのゆかりあえ	カルピス こくとうむしパン	牛乳 パイ	のり玉ご飯 味噌汁 ほうれん草卵とじ	カルピス 黒糖蒸しパン	
4 金	むぎごはん ほっほうさい ひややっこ のりのつくだに くだもの	ミルクココア ドーナツ	牛乳 ゼリー	かき玉汁 魚のムニエル 粉ふき芋	牛乳 ドーナツ	
5 土	クリームパン こくとうパン ぎゅうにゅう					
7 月	ごはん とりにくのやくみやき ほうれんそうとコーンソーテ スパゲティサラダ	ヨーグルトのブルー ベリージャムかけ くだもの	牛乳 ビスケット	ゆかりご飯 味噌汁 煮豆 魚のピカタ	ヨーグルトのブルー ベリージャムかけ 果物	
8 火	むぎごはん さかなのしおやき ポテトサラダ ふたじる	ミルクココア ラスクパン	牛乳 果物	ごまあえ だし巻き卵	牛乳 ラスクパン	
9 水	バターロールパン ハムエッグ かぼちゃサラダ さらだな くだもの	ぎゅうにゅう にしよおにぎり	牛乳 せんべい	コンソメスープ ミニトマト 肉団子煮	牛乳 二色お握り	
10 木	ごはん さかなのたつたあげ だいこんとりんごのみぞれあえ ごまみそマヨネーズあえ	ミルク おかし	牛乳 クッキー	味噌汁 煮やっこ 切り昆布煮	牛乳 お菓子	
11 金	むぎごはん カレーライス ブロッコリーサラダ ぼうチーズ	ゼリー入り フルーツポンチ せんべい	牛乳 プリン	清汁 ごまあえ アスパラとウインナー炒め	ゼリー入り フルーツポンチ 煎餅	
12 土	にくうどん わかめおにぎり にゅうさんいんりょう	ぎゅうにゅう まるぼうろ せんべい	牛乳 ウエハース		牛乳 丸ぼうろ	
14 月	ごはん さかなのてりやき じゃがいものきんぴらに あつやきたまご	フルーツヨーグルト クッキー	牛乳 ビスケット	納豆ご飯 田舎汁 焼ウインナー 果物	フルーツヨーグルト クッキー	
15 火	むぎごはん とうふハンバーグ にんじんグラッセ しらすあえ	ミルクココア チーズいり おこのみやき	牛乳 果物	味噌汁 煮豆 南瓜そぼろ煮	牛乳 チーズ入り お好み焼き	
16 水	バターロールパン スパゲティミートソース コーンと卵のスープ きゅうりサラダ	ミルク いりこ くだもの	牛乳 せんべい	鶏肉のオレンジ煮 ミニトマト	牛乳 いりこ 果物	
17 木	チキンライス とりのからあげ トマトと胡瓜のフレンチサラダ プリン	みかんジュース たんじょうケーキ	黄粉入り ヨーグルト	清汁 ごまあえ 果物	みかんジュース 誕生ケーキ	誕生会
18 金	ごはん さかなのきのこソースかけ ごぼうサラダ ゆでやさい	ミルクココア フルーツきんとん	牛乳 ゼリー	味噌汁 ごまあえ だし巻き卵	牛乳 フルーツきんとん	
19 土	おやこうどん おにぎり にゅうさんいんりょう	ぎゅうにゅう パウムクーヘン	牛乳 ウエハース		牛乳 パウムクーヘン	
21 月	ごはん すどり トマト あげじゃがいものそぼろに のりのつくだに	ヨーグルトの いちごソースかけ くだもの	牛乳 ビスケット	味噌汁 魚のムニエル	ヨーグルトの いちごソースかけ 果物	
22 火	ごはん とうふのごもくあんかけ いものてんぷら いらたまじる	ぎゅうにゅう フルーツパフェ	牛乳 果物	ほうれん草のごまあえ 鶏肉の照り焼き	牛乳 フルーツパフェ	
23 水	バターロールパン マカロニグラタン ポテトチップスサラダ	ミルク いりこ くだもの	牛乳 クッキー	コンソメスープ 焼ウインナー	牛乳 いりこ 果物	
24 木	ごはん さかなのフライとタルタルソースかけ トマト ひじきのいために	ミルクココア かぼちゃのしらたま	牛乳 フルーチェ	味噌汁 ごまあえ じゃが芋のカレー煮	牛乳 南瓜の白玉	
25 金	むぎごはん おやこどん れんこんのきんぴら ごまずあえ	ミルク キャンディポテト	牛乳 プリン	清汁 シーチキンサラダ ミニトマト	牛乳 キャンディポテト	
26 土	ジャージャーメン おにぎり にゅうさんいんりょう	ぎゅうにゅう まるぼうろ せんべい	牛乳 ウエハース		牛乳 丸ぼうろ	
28 月	むぎごはん とうふのおとしあげ にんじんグラッセ えいようサラダ	フルーツヨーグルト	牛乳 せんべい	味噌汁 魚の煮付 さつま芋とレーズンの甘煮	フルーツヨーグルト	
30 水	バターロールパン じゃがいものドライカレーやき キャベツサラダ くだもの	ぎゅうにゅう だいちおにぎり	牛乳 クッキー	卵スープ 人参グラッセ	牛乳 大豆おにぎり	

## 給食だより



### ご入園・ご進級

おめでとうございます

< お知らせ >

ぱんだ、きりん、りす、  
くま、うさぎ、こあら組さんへ

●完全給食です。

ひまわり、ちゅうりっぷ、  
もも、つぼみ組さんへ

●完全給食です。

●毎朝のおやつがあります。

※ご飯で、納豆・ふりかけ等の時は  
3才未満児追加食のところに記入  
しています。



### < 朝ごはんはしっかり食べて登園を！ >

朝ごはんは、一日の最初のエネルギーを補給するとともに、生活のリズムをつけるためにも必要です。朝ごはんをきちんととらないと、「元気が出ない」、「集中力が欠ける」、「記憶力の低下」「反応の鈍さ」などが見られるようになります。牛乳だけ、バナナ1本だけではなく、毎日きちんと朝ごはんを食べましょう。

※給食とおやつは玄関正面に展示しておりますので、お迎え際に、ご覧ください。月の初めには1ヶ月の献立表を発行しています。家庭での食事作りの参考にしてください。

### < 家庭の食事で気をつけてほしいこと >

- 保育園での活発な活動のためにも、朝食は必ず食べて登園しましょう。
- 食事の間食は控え、決まった時間に食事をしっかりと食べましょう。
- 楽しい食事を工夫しましょう。
- うす味になれさせましょう。

