

月	火	水	木	金	土	給食だより
<p>1 牛乳、クラッカー、バナナ たけのご飯 ウインナー ほうれん草の白和え いちご 味噌汁(鶏肉、さつま芋)</p> <p>牛乳、ホットケーキ</p>	<p>2 牛乳、ポーロ、りんご あんかけ焼きそば パンパンジーサラダ バナナ ひじきの中華スープ</p> <p>牛乳、シュガーラスク</p>	<p>3 牛乳、ビスケット、いちご ご飯 煮魚 水菜のゆかり和え ミニトマト オレンジ キャベツと生揚げの味噌汁</p> <p>牛乳、すいとん汁</p>	<p>4 牛乳、クッキー、オレンジ カレーライス キャロットサラダ いちご 小魚</p> <p>本門寺遠足</p> <p>牛乳、クラッカー、バナナ</p>	<p>5 牛乳、せんべい、バナナ 黒糖パン 鶏肉の照り焼き 新ごぼうサラダ りんご アスパラスープ</p> <p>牛乳、茶飯の海苔巻き、スルメ</p>	<p>6 牛乳、ウエハース、りんご 紅白うどん メンチカツ ブロッコリーの海苔和え みかん 小魚</p> <p>入園式</p> <p>牛乳、紅白まんじゅう</p>	<p><b>新しい年度が始まります</b></p> <p>ご入園・ご進級おめでとう ございます。子どもたちは、新しく始まる園での生活に、胸をときめかせていることでしょう。また、環境が変わるこの時期は体調を崩しやすくなります。そこで、子どもの健康的な生活習慣づくりに欠かせないキーワードは「早寝早起き朝ごはん」。このキーワードで生活リズムを整え、元気に保育園に登園できるようぜひご家庭でもはじめてください。</p> 
<p>8 牛乳、ビスケット、オレンジ 入園祝寿司 菜の花のフレーク和え いちご 若竹汁(筍、わかめ)</p> <p>麦茶、プリンパフェ</p>	<p>9 牛乳、せんべい、いちご 味噌ラーメン コロケ 青梗菜の中華和え バナナ 小魚</p> <p>牛乳、米粉蒸しパン</p>	<p>10 牛乳、ウエハース、バナナ ご飯 筑前煮 もやしのピーナッツ和え グレープフルーツ 味噌汁(お麩、舞茸、葱)</p> <p>牛乳、マカロニソテー</p>	<p>11 牛乳、クッキー、オレンジ バターロール 鶏肉の味噌焼き 春キャベツのサラダ いちご オニオンスープ</p> <p>牛乳、いなりご飯、スルメ</p>	<p>12 牛乳、クラッカー、いちご ご飯 魚の竜田揚げ 切り干し大根の和え物 ミニトマト オレンジ 豆苗と玉葱の味噌汁</p> <p>牛乳、ザクザククッキー</p>	<p>13 牛乳、ポーロ、オレンジ 食パン(ジャム) フランクフルトのケチャップ煮 小松菜の洋風サラダ いちご 小魚</p> <p>牛乳、芋もち</p>	
<p>15 牛乳、ウエハース、バナナ ご飯 魚のパン粉焼き 蓮根の梅おかか和え ミニトマト グレープフルーツ 豆腐と長ネギの味噌汁</p> <p>牛乳、ウエハース、いちご</p>	<p>16 牛乳、せんべい、オレンジ コッペパン ミートローフ レタスフレンチサラダ いちご トマトスープ</p> <p>牛乳、塩焼きそば</p>	<p>17 牛乳、ビスケット、いちご ふりかけご飯 新じゃがの炒め煮 ほうれん草の納豆和え オレンジ 味噌汁(なめこ、三つ葉)</p> <p>牛乳、ジャムサンド</p>	<p>18 牛乳、クラッカー、バナナ アンパンマンライス 鶏肉のマーマレード焼き 花野菜サラダ いちご コーンクリームスープ</p> <p>牛乳、お楽しみケーキ</p> <p>誕生日会</p>	<p>19 牛乳、ポーロ、オレンジ ちゃんぽんうどん がんもの含め煮 きゅうりの胡麻風味和え バナナ 小魚</p> <p>牛乳、じゃごご飯、スルメ</p>	<p>20 牛乳、クッキー、バナナ 海老あんかけご飯 大根サラダ グレープフルーツ かき玉スープ</p> <p>麦茶、ココアのブランマンジェ せんべい</p>	<p><b>朝食の習慣化</b></p> <p>朝食は、朝起きて、体と頭を活動モードに切り替える大事なスイッチです。ですから、どんなに忙しくても、あまり食欲がなくても、とにかく毎朝食べ物を口にする習慣をつけることが大切です。少しずつでもいいので、できるところからはじめましょう!!</p> 
<p>22 牛乳、ポーロ、オレンジ ご飯 鶏のつくね焼き 水菜とトマトの和え物 いちご かぶとさつま揚げの味噌汁</p> <p>牛乳、おかめうどん</p>	<p>23 牛乳、クラッカー、いちご スパゲティナポリタン コールスローサラダ バナナ 茄子とベーコンのスープ</p> <p>牛乳、すりりんごマフィン</p>	<p>24 牛乳、クッキー、バナナ ご飯 魚の塩麹焼き 小松菜のかわり和え ミニトマト オレンジ 味噌汁(白菜、油揚げ)</p> <p>牛乳、マシュマロおこし</p>	<p>25 牛乳、せんべい、いちご 食パン(ジャム) ホワイトシチュー 彩りレタスサラダ グレープフルーツ 小魚</p> <p>麦茶、そぼろおにぎり、スルメ</p>	<p>26 牛乳、ウエハース、バナナ わかめご飯 竹輪の磯部揚げ ブロッコリーのお浸し 人参の土佐煮 いちご けんちん汁</p> <p>牛乳、ピザ餃子</p>	<p>27 牛乳、ビスケット、いちご 豆腐のそぼろ煮 おぐらの甘酢和え オレンジ 豚ジャガ味噌汁</p> <p>牛乳、バナナスコーン</p>	
<p>29 昭和の日</p>	<p>30 国民の休日</p>					

※ 都合により献立が変更になる場合があります。