

# 4月のこんだて

かがやきの森こども園 (2024年版) 2号3号

日	曜日	10時 おやつ (3号のみ)	お 昼	3時 おやつ	食品のはたらき			幼児の 給食・おやつ カロリー (基準値585kcal)
					あか 血や肉になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	き 熱や力になるもの	
1 15	月	ラムネ 牛乳	ハヤシライス 野菜の炒め物 オレンジ	サラダせん(1日) さっぱりゼリー(15日) 牛乳	豚肉 大豆 ベーコン	玉葱 トマト 人参 キャベツ オレンジ	米 じゃが芋	531 kcal(1日) 541 kcal(15日)
2 16 30	火	紫いもチッ プ 牛乳	ごはん 鶏肉とキャベツのみそ炒め ほうれん草のツナサラダ 麩のすまし汁	バームクーヘン 牛乳	鶏肉 ツナ わかめ	キャベツ 人参 ほうれん草 玉葱	米 麩	517 kcal
3 17	水	野菜入りそ ふとせん 牛乳	マーボー豆腐丼 もやしと青梗菜の中華サラダ ヨーグルト	のりものビスケット(3日) いちごのカップケーキ (17日) 牛乳	豆腐 豚ひき肉 ハム	玉葱 人参 生姜 ねぎ もやし 青梗菜 とうもろこし	米	561 kcal(3日) 617 kcal(17日)
4 18	木	ねじねじ 牛乳	ごはん 鶏肉とアスパラのケチャップ炒め 竹輪のマヨサラダ レタスのコンソメスープ	ジャムサンド(4日) きな粉バターサンド (18日) 牛乳	鶏肉 竹輪 ベーコン	玉葱 人参 アスパラガス キャベツ レタス	米 じゃが芋	551 kcal(4日) 615 kcal(18日)
5 19	金	ポーロ 牛乳	ごはん コロッケ ほうれん草のおかか和え 豆腐のみそ汁	源氏パイ 牛乳	豚肉 豆腐	玉葱 ほうれん草 キャベツ 人参 ねぎ	米 じゃが芋	573 kcal
6 20	土		しょうゆラーメン 飲むヨーグルト もも缶		ハム わかめ 飲むヨーグルト	キャベツ もやし もも	中華麺	
8 22	月	ソースせん 牛乳	豚肉の甘煮丼 じゃが芋のみそ汁 ヨーグルト	山田錦せんべい 牛乳	豚肉 ヨーグルト	玉葱 にんにく ねぎ 人参	米 じゃが芋	583 kcal
9 23	火	畑のクラッ カー 牛乳	ごはん 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのサラダ わかめとキャベツのみそ汁	バナナのスティックケ ーキ 牛乳	豚肉 わかめ	玉葱 人参 ピーマン かぼちゃ きゅうり キャベツ とうもろこし 大根	米	535 kcal
10	水	おこめせん 牛乳	チキンカレーライス キャベツのコーンクリームーサラダ おめでとうゼリー	牛乳ケーキ 牛乳	鶏肉	玉葱 人参 トマト キャベツ	米 じゃが芋	521 kcal
11 25	木	サラダせん 牛乳	ごはん さわらのフライ キャベツの胡麻和え かぼちゃのみそ汁	ふのラスク(11日) コーンフレーククッキ ー(25日) 牛乳	さわら	キャベツ 人参 かぼちゃ 玉葱 ねぎ	米 ごま	561 kcal(11日) 611 kcal(25日)
12 26	金	のりのり揚 げ餅 牛乳	ごはん 鶏じゃが ブロッコリーとハムの和風サラダ 厚揚げのみそ汁	ブルーベリーのプチク レーブ 牛乳	鶏肉 ハム 厚揚げ	人参 玉葱 ブロッコリー キャベツ ねぎ	米 じゃが芋 しらたき	513 kcal
13 27	土		スパゲッティナポリタン 飲むヨーグルト もも缶		ベーコン 飲むヨーグルト	玉葱 人参 ピーマン もも	スパゲッティ	
24	月	おこめせん 牛乳	たけのこごはん 星のハンバーグ ほうれん草のツナマヨ和え じゃが芋のみそ汁 いちごのジュレ	マドレーヌ 牛乳	鶏肉 豚肉 ツナ	たけのこ 人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ ねぎ	米 じゃが芋	588 kcal

※食べたことがない食材は、給食前にご家庭で試してください。特定の食材で健康被害があった場合はご連絡ください。

※都合により、献立・食材を変更することがあります。



## ♪入園・進級おめでとうございます♪

こども園では、同じメニューを記憶のあるうちにもう一度食体験することで苦手な食材に慣れ、偏食をなくすことを目的に、2週間間隔のサイクルメニューを実施しています。

また、食育のために、こども園の農園“森森ファーム”で収穫した野菜をできる限り給食で使っています。

給食の写真はこども園のHPに毎日掲載していますので、是非ご覧下さい。

- こども園で初めて食べる食材がないように、食べたことがない食材は給食前に家庭で試してください。特定の食材で健康被害があった場合は必ずご連絡ください。
- 食物アレルギーのあるお子さんは、主治医による指示書を年1回提出して頂いています。医師による指示書により食物アレルギーの除去食を提供します。