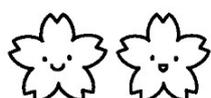


# ☆☆2024年 4月 給食献立予定表 こひつじ保育園☆☆

日	曜	別	献立名	献立名	おやつ
1	月	汁	ハヤシシチュー ジャーマンポテト いりこ	牛乳	マカロニあべかわ
2	火	炒	麻婆豆腐 春雨サラダ もやしスープ	麦茶	じゃが芋もち
3	水	揚	鶏肉と野菜のケチャップ甘酢風 キャベツの塩昆布和え スープ	牛乳	コーンフレーククッキー
4	木	焼	魚の味噌焼き 野菜の甘酢和え 若竹汁	麦茶	おさつ蒸しパン
5	金	煮	肉じゃが 胡瓜のごまマヨ和え キャベツ味噌汁	牛乳	バナナ チーズ
6	土		☆☆入園式☆☆ 焼きそば 果物 牛乳		
8	月	汁	☆☆イースター礼拝☆☆ 汁ビーフン 卵の花炒め 果物	牛乳	さつま芋クリームサンド
9	火	揚	魚のバーベキュー風 野菜ソテー コンソメスープ	麦茶	青のりクラッカー
10	水	炒	豚肉と野菜の味噌炒め ちりめん納豆 澄まし汁	牛乳	バナナケーキ
11	木	煮	牛肉とひじきのコリコリ煮 キャベツの酢味噌和え 味噌汁	麦茶	フルーツヨーグルト
12	金	焼	照り焼きチキン コールスローサラダ きのご味噌汁	牛乳	ツナコーンお焼き
13	土		具沢山うどん 果物 牛乳		
15	月	汁	チキンカレー 春雨のマヨネーズサラダ いりこ	牛乳	スコーン
16	火	焼	豆腐のミートグラタン 鉄分サラダ コンスープ	麦茶	ヨーグルトゼリー
17	水	煮	豚肉の柳川風煮 もやしと大葉のナムル 豆腐味噌汁	牛乳	コーンブレッド
18	木	揚	魚の野菜あんかけ 刻み昆布とコーンのサラダ 味噌汁	麦茶	お好み焼き
19	金	炒	麻婆春雨 キャベツとじゃこのサラダ 中華スープ	牛乳	シュガーラスク
20	土		和風スパゲティー 果物 牛乳		
22	月	汁	豚汁 わかめの炒め煮 果物	牛乳	黄粉サンド
23	火	焼	ポテトオムレツ キャベツとアスパラのおかか和え スープ	スキムミルク	青のりポップコーン
24	水	煮	栄養ひじき 胡瓜の中華和え たけのご味噌汁	牛乳	小豆蒸しパン
25	木	炒	チンジャオロース キャベツのゆかり和え たまごスープ	麦茶	もちもちチーズパン
26	金	焼	♪♪誕生会メニュー♪♪ ゆかりご飯 魚の黄金焼き グリーンサラダ 切干大根味噌汁	牛乳	ココアケーキ
27	土		カレーミートスパゲティー 果物 牛乳		
29	祝		「昭和の日」		
30	火	汁	ミネストローネ 青菜とコーンのマヨ和え いりこ	麦茶	甘辛団子

※ 26日（金）は誕生会メニューの為、りす・うさぎ・きりんもご飯はいりません ※



♪♪ご入園・ご進級おめでとうございます♪♪



新年度が始まります。4月は環境が変わるので、心身共に疲れが出やすくなります。疲れを残さないようにして、1日を元気に過ごす為にも「早寝・早起きの規則正しい生活リズム」を整えましょう！しっかり睡眠をとる事で1日の疲れが取れ、体もスッキリします。早く起きる事で朝食を食べる時間にも余裕を持てます。食べる事で五感が刺激され、脳と体も目覚めます！また朝食を摂る事で腸も刺激されるので、排便を促します。家庭で排便する事も1日を快適にスタートさせる為の大切な生活習慣です。園で元気に楽しく過ごせるようにする為にも規則正しい生活を送りましょう！

給食担当者も給食・おやつ時間は子ども達と一緒に食べています。食事中はコミュニケーションをとりながら皆で楽しく食べています。また正しい食習慣を身に付けてもらえる様に、子ども達の様子を見て気になる時はその都度「お皿持った方がこぼさないよ」「肘は付かないようにしようね」「しっかり噛んで食べようね」など伝えるようにしています。食事中の姿勢やマナー、食べ方は乳幼児期からの習慣がとても大切です！子ども達のマナーのお手本は身近な大人です。ご家庭でも子ども達が食べている様子を見てあげてください(^^)