

たのしい給食 3号

認定こども園
新宝珠幼稚園

令和3年4月

月	火	水	木	金
<p>4月給食だより</p> <p>ご入園、ご進級おめでとうございます。 新しいクラス、新しいお友達、新しい先生との生活が始まります。</p> <p>安全でおいしい給食作りを心掛け、行事食や旬の食材を取り入れて子供達が季節を感じ、給食を楽しみにしてもらえるように努力していきます。</p> <p>元気いっぱい活動するためにしっかり朝ごはんを食べて登園しましょう！ ☆給食の事で気になることがありましたら、給食室をおたずね下さい。</p>			<p>1 ごはん ビーフンの炒め物 かぼちゃの煮つけ すまし汁</p> <p>○精白米 ○ビーフン きゃべつ 人参 玉ねぎ 黒潮だし ○かぼちゃ グリンピース 黒潮だし 砂糖 しょう油 ○豆腐</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>2 ごはん 鶏の照り焼き ポテトサラダ 具だくさんスープ</p> <p>○精白米 ○鶏肉 しょう油 砂糖 みりん 酒 ○じゃが芋 玉ねぎ 人参 きゅうり マヨドレ 砂糖 ○きゃべつ 玉ねぎ 人参 ブイヨン</p> <p>バナナケーキ 牛乳</p>
<p>5 五目チャーハン 春雨の和え物 中華スープ</p> <p>○精白米 豚ミンチ 白菜 人参 しいたけ コーン 鶏がら しょう油 ○春雨 きゅうり 人参 しょう油 砂糖 酢 ○チンゲン菜 玉ねぎ 中華料理の素</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>6 ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え みそ汁</p> <p>○精白米 ○豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 突きこんにゃく グリンピース 黒潮だし しょう油 砂糖 みりん 酒 ○ほうれん草 もやし 人参 ごま 濃口 みりん 砂糖 ○麩</p> <p>オレンジ寒天 ビスケット 牛乳</p>	<p>7 ごはん 豆腐ハンバーグ 温野菜 洋風スープ</p> <p>○精白米 ○豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 片栗粉 ○きゃべつ 人参 ブロッコリー マヨドレ 砂糖 ○大根 白菜 ブイヨン</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>8 焼きそば 小松菜のお浸し わかめスープ</p> <p>○中華そば 豚肉 きゃべつ 玉ねぎ 人参 とんかつソース しょう油 ケチャップ 砂糖 かつソース ○小松菜 人参 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○わかめ ごま 鶏がら</p> <p>おほかおにぎり お茶</p>	<p>9 ごはん おでん きゃべつの塩昆布和え すまし汁</p> <p>○精白米 ○じゃが芋 大根 竹輪 厚揚げ 板こんにゃく ウイニー 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○きゃべつ 塩昆布 ○えのき</p> <p>さつま芋とりんご煮 牛乳</p>
<p>12 ごはん 白身魚フライ スパゲティサラダ 洋風スープ</p> <p>○精白米 ○白身魚フライ ○スパゲティ 玉ねぎ 人参 きゅうり 塩 マヨドレ 砂糖 ○玉ねぎ コーン ブイヨン</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>13 ごはん 牛肉とさつま芋の煮物 きゃべつのおほかお和え 中華スープ</p> <p>○精白米 ○牛肉 さつま芋 人参 板こんにゃく 竹輪 いんげん 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん ○きゃべつ 人参 かつお節 砂糖 しょう油 みりん ○もやし 人参 中華料理の素</p> <p>りんごケーキ 牛乳</p>	<p>14 卵不使用ロールパン コーンクリームシチュー ドレッシングサラダ</p> <p>○卵不使用ロールパン ○鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン クリームシチュールウ 牛乳 ○きゃべつ きゅうり 人参 砂糖 酢 しょう油 キャノー油</p> <p>わかめおにぎり 牛乳</p>	<p>15 ごはん 豚肉と野菜の炒め物 高野豆腐の煮物 みそ汁</p> <p>○精白米 ○豚肉 きゃべつ 玉ねぎ 人参 もやし 中華料理の素 ○高野豆腐 人参 グリンピース ○じゃが芋 大根</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>16 けんちんうどん かぼちゃの天ぷら</p> <p>○うどん 大根 人参 薄揚げ 青ねぎ 黒潮だし しょう油 みりん 酒 ○かぼちゃ 天ぷら粉</p> <p>お好み焼き 牛乳</p>
<p>19 五目ごはん ひじきの煮物 すまし汁</p> <p>○精白米 五目ごはんの素 ○ひじき 板こんにゃく 人参 竹輪 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○小松菜 玉ねぎ</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>20 ごはん 八宝菜 ブロッコリーツナマヨ和え みそ汁</p> <p>○精白米 ○豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし しいたけ 鶏がら 中華料理の素 砂糖 しょう油 みりん 酒 片栗粉 ○ブロッコリー じゃが芋 ツナ マヨドレ しょう油 ○わかめ 豆腐</p> <p>マカロニきな粉 牛乳</p>	<p>21 ごはん さわらの煮つけ 野菜三色和え 洋風スープ</p> <p>○精白米 ○さわら 土生姜 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○白菜 ほうれん草 人参 しょう油 みりん ○じゃが芋 きゃべつ ブイヨン</p> <p>シュガートースト 牛乳</p>	<p>22 鶏そぼろ丼 じゃが芋の旨煮 中華スープ</p> <p>○精白米 鶏ミンチ 人参 いんげん 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○じゃが芋 グリンピース 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん ○しめじ 玉ねぎ 中華料理の素</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>23 チキンカレーライス コーンサラダ</p> <p>○精白米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース カレールウ ケチャップ バイナッフルシロップ ○きゃべつ きゅうり 人参 コーン 酢 砂糖 しょう油 塩 キャノー油 しょう油</p> <p>蒸しパン 牛乳</p>
<p>26 ごはん 野菜コロッケ 白菜と厚揚げ煮 みそ汁</p> <p>○精白米 ○野菜コロッケ ○白菜 厚揚げ 人参 黒潮だし しょう油 砂糖 みりん ○大根 玉ねぎ</p> <p>お菓子 牛乳</p>	<p>27 野菜たっぷりラーメン 切り干し大根の中華サラダ</p> <p>○中華そば 豚肉 きゃべつ 人参 もやし 中華料理の素 しょう油 ○切干大根 人参 きゅうり 鶏がら しょう油 みりん ごま油</p> <p>みそたんぼ 牛乳</p>	<p>28 牛丼 いんげんのごま和え すまし汁</p> <p>○精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 白菜 突きこんにゃく 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○いんげん 人参 ごま 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん ○麩</p> <p>手作りクッキー 牛乳</p>	<p>29 昭和の日</p> 	
			<p>30 ごはん 江戸っ子煮 マカロニサラダ 中華スープ</p> <p>○精白米 ○豚ミンチ じゃが芋 人参 高野豆腐 しいたけ 黒潮だし 砂糖 しょう油 みりん 酒 ○マカロニ きゅうり 人参 玉ねぎ 塩 マヨドレ 砂糖 ○白菜 コーン 中華料理の素</p> <p>お菓子 牛乳</p>	

*初めての食材がありましたら給食が始まるまでに食べておいてください

今月の栄養平均値 3号エネルギー 484kcal たんぱく質 16g 脂質 11.8g