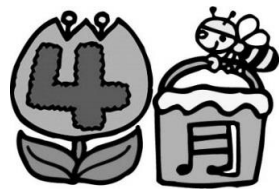


平成29年度ふたばがおかようちえん



きゅうしよくだより

新入園児さんの給食は

4月17日(月)
軽食から始まります。

【持ち物】

- 白ごはん
- おはし
- コップ (毎日持たせて下さい)



★マークの日は「スプーンと箸」を持たせて下さい。

月日	行事	主菜(メイン)	副菜・汁物など	主な材料	昼食時の熱量	
4月10日	月 始業式(午前保育)	(給食はありません)				
11日	火	★ 春野菜のクリームシチュー	小魚の甘煮	鶏肉 玉ねぎ にんじん ブロccoli ジャガイモ 春キャベツ コーン 小魚 削り節	460kcal	
12日	水	★ マーボ豆腐	レタスとベーコンのスープ	豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 白ねぎ 竹の子 レタス ベーコン コーン 貝割れ	396kcal	
13日	木	ハンバーグのトマト煮込み	春キャベツとマカロニサラダ オニオンスープ	ミニハンバーグ ホールトマト ケチャップ 春キャベツ 胡瓜 マカロニ ツナ缶 マヨネーズ 玉ねぎ ねぎ	442kcal	
14日	金	揚げギョウザ	ビーフンと野菜のソテー かき玉汁	ギョウザ 天ぷら粉 豚肉 ビーフン キャベツ 人参 もやし ピーマン 卵 きのこ ねぎ	443kcal	
17日	月 家庭訪問	軽食(パン、果物、牛乳)			(パン パナナ 牛乳)	(233)
18日	火 (午前保育)	軽食(ミートスパゲティ) *箸を持たせて下さい。			(合挽き肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン ホールトマト スパゲティめん)	(280)
19日	水 *白ごはんはいりません。	軽食(パン、果物、牛乳)			(パン パナナ 牛乳)	(233)
20日	木	軽食(焼きそば) *箸を持たせて下さい。			(豚肉 玉葱 にんじん キャベツ もやし 中華めん)	(274)
21日	金	軽食(ポテトサラダパン、ミニパン、牛乳)			(ロールパン 胡瓜 にんじん ジャガイモ マヨネーズ ミニパン 牛乳)	(301)
24日	月	軽食(パン、果物、牛乳)			(パン パナナ 牛乳)	(233)
25日	火	軽食(ちゃんぽんうどん) *箸を持たせて下さい。			(豚肉 キャベツ にんじん ピーマン もやし きくらげ かまぼこ うどんめん)	(204)
26日	水	軽食(バーガードック、ミニパン、牛乳)			ロールパン キャベツ ハンバーガー ケチャップ ミニパン 牛乳)	(293)
27日	木	白身魚のフライ	切干大根の煮物 コンソメスープ	白身フライ ケチャップ 切干大根 人参 いんげん しらたき 厚揚げ ほうれん草 玉葱 ねぎ	415kcal	
28日	金 ◇お誕生日会◇	★ 菜の花カレー	スパゲティサラダ お祝いデザート	鶏肉 ジャガイモ 玉葱 人参 菜花 ルウめん 胡瓜 カニカマ 春キャベツ ブロccoli フルーツ缶 ゼリー	518kcal	
5月1日	月	チキン竜田	春雨と胡瓜の酢物(ミカン) 若竹汁	チキン竜田 ケチャップ 春雨 胡瓜 人参 カニカマ みかん缶 たけのこ ワカメ	409kcal	

平均 440kcal



管理栄養士の

中小路 陽子 (なかこうじ ようこ) です。

献立と食育を担当しています。毎日食べる食事の大切さを一緒に勉強していきます。子ども達には、好きな食べ物が増えるように工夫していきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

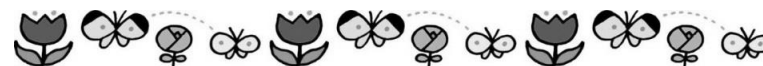
★小児(3才~5才)の
1日の必要なエネルギー量の目安量をお知らせいたします。

男児 1300キロカロリー

女児 1250キロカロリー

●お弁当に入れてくる

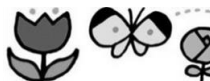
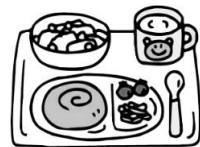
白ごはんの目安量は110gです。



《食育活動》 1年間、クラス担当の先生と一緒に関わっていきます。

子ども達には、この「6つの力」を身につけて欲しいと思っています。

- ①食べ物を選ぶ力
- ②味がわかる力
- ③料理ができる力
- ④いのちを感じる力
- ⑤元気な体がわかる力
- ⑥食卓でマナーを学ぶ力



調理員の

吹上 雅子 (ふきあげ まさこ)

大木 恵 (おおき めぐみ)

後藤 直美 (ごとう なおみ) です。

栄養たっぷりのおいしい給食を作りますので
どうぞよろしくお願いいたします。

