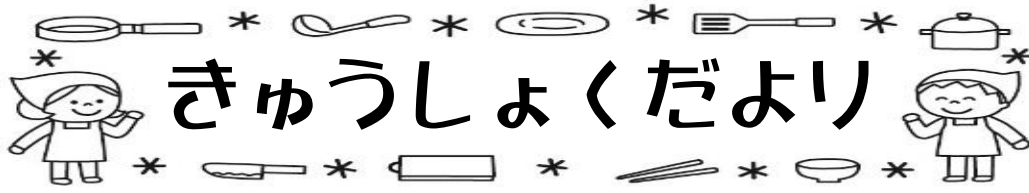
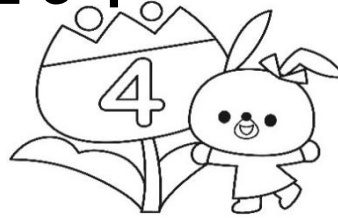


2020年

ふたばがおかようちえん



〈調理担当〉
大木(おおぎ)
東(ひがし)
南(みなみ)
〈献立担当〉
橋本(はしもと)



日付	行事	献立	エネルギー (kcal)	材 料 名		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
09 木		★ 春野菜カレー、フルーツポンチ	484.3	じゃがいも、砂糖、油	牛肉	玉葱、人参、みかん缶、パイナップル缶、もも缶、ブロッコリー、バナナ
10 金		★ マーボー豆腐、レタスとベーコンのスープ	392.3	ごま油、片栗粉、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、ベーコン(卵なし)、味噌	人参、玉葱、レタス、ねぎ、コーン
13 月		トマト煮込みハンバーグ、春野菜のおかかあえ、オニオンスープ	379.1	じゃがいも、油、砂糖	ミニハンバーグ、ベーコン(卵なし)、かつお節	ほうれんそう、キャベツ、玉葱、人参、ホールトマト缶詰、貝割れ菜
14 火		汁ビーフン、ちくわ磯辺揚げ	350.9	ビーフン、油、小麦粉、ごま油	ちくわ(卵不使用)、豚肉	人参、玉葱、キャベツ、青ピーマン、赤ピーマン、あおのり
15 水	15(水)~23(木) 家庭訪問期間のため午前保育	〈軽食〉 パン、バナナ、牛乳	233.3	パン	牛乳	バナナ
16 木	※白ごはんはいりません。	〈軽食〉※お箸を持ってきてください ミートスパゲティ	254.6	スパゲティ、油、砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉	玉葱、青ピーマン、人参、ホールトマト缶詰
17 金		〈軽食〉 からあげサンド、パン、牛乳	329.1	パン、チキン竜田、マヨネーズ	牛乳	キャベツ
20 月		〈軽食〉 パン、バナナ、牛乳	233.3	パン	牛乳	バナナ
21 火		〈軽食〉※お箸を持ってきてください ちゃんぽん	186.3	ちゃんぽんめん(ゆで)、ごま油	豚肉、かまぼこ(卵なし)	キャベツ、玉葱、青ピーマン、人参、もやし、黒きくらげ、にら
22 水		〈軽食〉 パン、バナナ、牛乳	233.3	パン	牛乳	バナナ
23 木		〈軽食〉 バーガー犬、パン、牛乳	293.4	パン	牛乳、ハンバーグ	キャベツ
24 金	お誕生日会	★ チキン竜田、マカロニサラダ、ワカメスープ、苺の春色(二色)ゼリー	520.0	マカロニ、油、マヨネーズ、砂糖	チキン南蛮、ホイップクリーム、牛乳、ローズハム、ごま	人参、いちご、胡瓜、コーン、ねぎ、カットわかめ
27 月		白身魚のフライ、中華サラダ、すまし汁	342.4	油、砂糖、はるさめ(緑豆)、ごま油	魚肉ソーセージ、ごま	胡瓜、人参、大根、えのきたけ、コーン、ねぎ
28 火		焼き肉風炒め、フライドポテト、なすのみそ汁	488.4	フライドポテト、油	豚肉、味噌、油揚げ	玉葱、キャベツ、なす、人参、もやし、青ピーマン、ねぎ
30 木		鮭の塩焼き、根菜のきんぴら、豆腐のみそ汁	366.2	砂糖、ごま油	骨なし焼きさけ(塩)、木綿豆腐、味噌、ごま	人参、玉葱、れんこん、ごぼう、ねぎ
5/1 金		★ ミネストローネ、オムレツ、コールスローサラダ(ハム)	374.8	マヨネーズ	オムレツ、大豆、ローズハム、ベーコン(卵なし)	キャベツ、胡瓜、玉葱、ホールトマト缶詰、人参、コーン

※ ★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。 ※ 仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

【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
「スプーンとお箸」を持たせてください

《当園の給食について》
子ども達が元気で健康に、大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんにこと、身体も心も育つようにと願いをこめて、こだわりをもって作っています。旬の食材を使うようにしたり、添加物や農薬に気を付けて食材を選ぶ、形や大きさなど年齢に応じて食材の切り方に気を付けるようにこだわっています。子ども達に喜んでもらえるおいしい給食を目指して頑張りますのでよろしくお願い致します。

《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



栄養士の橋本たくま(はしもとたくま)です。
献立と食育を担当しています。毎日の食事の大切さを一緒に勉強していきます。子ども達には、好きな食べ物ができ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。

新入園児の給食は
4/15(水)から
はじまります