



4月の献立表

令和4年度 蛸ノ浦保育園

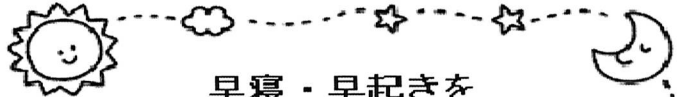
	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
					1日	2日
9時						
昼食					希望保育	入園式
3時						
	4日	5日	6日	7日	8日	9日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	カレー煮 ゆで卵 シラス フルーツヨーグルト	なめこ汁 つくね煮 春雨サラダ フルーツ	筍とかいわれのスープ 白身魚のタルタルソース フロッキー フルーツ	すいとん汁 卵焼き ほうれん草サラダ フルーツ	みそ汁 肉じゃが 浅漬け 味付けのり フルーツ	希望保育
3時	せんべい 牛乳	フライドポテト 牛乳	蒸しパン 牛乳	フルーツゼリー 牛乳	ビスケット 牛乳	
	11日	12日	13日	14日	15日	16日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	ポトフ 鶏肉の照り焼き 小松菜と竹輪の和え物 フルーツ	みそ汁 ソーセージフライ ひじきの煮物 フルーツ	けんちん汁 鮭の塩焼き スパゲッティサラダ フルーツ	水餃子スープ 回鍋肉 かぼちゃの煮物 フルーツ	みそ汁 入り豆腐 マカロニのケチャップ炒め フルーツ	ピザトースト 牛乳
3時	せんべい 牛乳	白玉ポンチ 牛乳	ドーナツ 牛乳	カナッペ 牛乳	ビスケット 牛乳	
	18日	19日	20日	21日	22日	23日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	むらくもスープ すき焼き風煮 ひじきサラダ フルーツ	誕生会	ニラ玉汁 かつおの照り焼き 切干大根の煮物 フルーツ	みそ汁 ハムカツ かぼちゃサラダ フルーツ	こいのぼりお花見 フェスティバル	希望保育
3時	せんべい 牛乳	ケーキ ジュース	スイートポテト 牛乳	ジャムサンド 牛乳	ホットケーキ 牛乳	
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
9時	あられ 牛乳	フルーツ	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳		
昼食	みそ汁 竹輪の磯辺揚げ ビーフソテー フルーツ	わかめスープ ミートローフ マカロニサラダ フルーツ	みそ汁 マーボー豆腐 きゅうりもみ フルーツ	クリームシチュー 煮たまご フロッキー フルーツ	昭和の日	焼きそば スープ
3時	パウンドケーキ 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	ヨーグルト		

☆お弁当のいない日・・・19日(火曜日) お箸は忘れずに持ってきてください。

☆22日(金曜日)は、こいのぼりお花見フェスティバルです。おにぎりを持ってきてください。

進級おめでとうございます。いよいよ新しい1年がスタートしますね。今年度、給食を作ります金野です。毎日、心を込めて作りますので、どんな給食、おやつが出てくるか楽しみにしてください。1年間どうぞよろしくお祈りします。給食 金野 真紀子





早寝・早起きを心がけよう

早起きをすると、朝ごはんの時間が充分にとれ、排便をうながしやすくなります。日中は屋外でたっぷり体を動かすことで、おなかのすいてごはんがおいしく食べられ、夜もぐっすり眠れます。早寝・早起きで、生活リズムと体の調子を整えましょう。

