

ご入園、ご進級おめでとうございます。

あたたかい日が少しずつ増え、春らしくなってきましたね。

4月になり、新しい先生やお友だちとの出会い、たくさんの友だちと食べる給食、新しい環境にドキドキ・ワクワクしているでしょう。

「食」を通して子どもたちをサポートできたらと思います。1年間どうぞよろしくお願いします。

### 朝ごはんをしっかりと食べよう

朝ごはんを食べることで体温が上がり、脳や身体にスイッチが入ります。

食べていないと、ボーっとしてケガやイライラしたりします。

元気いっぱい遊べるよう、しっかりと朝ごはんを食べましょう。



## 献立表



日	曜	献立	午前のおやつ	午後のおやつ
1	火	肉みそ丼 キャベツの浸し バナナ	源氏パイ	おかかおにぎり
2	水	豚肉のいなか煮 スティックきゅうり かんきつ	バナナ	ジャムサンド
3	木	炒め豆腐 ほうれん草のごまあえ バナナ	りんご寒天	きなこ入り豆乳蒸しパン
4	金	豚汁 納豆の磯あえ かんきつ	クラッカー チーズ	フルーツポンチ
5	土	カレー バナナ	ホットケーキ	♪♪♪
6	日			
7	月	豚肉の生姜焼 茹かキャベツ ケチャップ炒め かんきつ	ビスコ	にゅうめん
8	火	和風ハンバーグ ごま酢あえ 人参の甘煮 バナナ	マカロニのあべ川風	クラッカーピザ
9	水	肉じゃが 茹かブロッコリー かんきつ	グレープゼリー	洋風おこし
10	木	焼魚 短冊サラダ 粉ふきいも バナナ	コーン入り カップケーキ	人参ごはん
11	金	牛肉の甘辛煮 茹か野菜 ひじきの煮付 かんきつ	セサミトースト	クッキー
12	土	ミートスパゲティ バナナ	ベイクドポテト	♪♪♪
13	日			
14	月	魚の照焼き 中華風サラダ 粉ふきいも かんきつ	ぼたぼた焼	炊き込みごはん
15	火	卵の野山焼 ジャーマンポテト 塩もみきゅうり バナナ	雪の宿	ちんすこう
16	水	魚の竜田あげ ほうれん草と春雨のサラダ 人参の煮付 かんきつ	ももヨーグルト	ポンデケージョ
17	木	大豆のいそ煮 小松菜の浸し バナナ	しらすのかりかり チーズ	黒蒸しパン
18	金	炒めビーフン かえりの佃煮 かんきつ	プレーンビスケット	みたらしポテト
19	土	焼きそば バナナ	食パンのマヨネーズ焼	♪♪♪
20	日			
21	月	鶏肉の塩焼き キャベツのレモン酢あえ アスパラの浸し かんきつ	星たべよ	ベイクドおさつ
22	火	野菜のあんかけうどん 納豆の磯あえ バナナ	シュガートースト	豆乳レアケーキ
23	水	鶏肉のチーズ焼き じゃがいものきんぴら 茹かスナップえんどう かんきつ	ばりんこ	ヨーグルトパン
24	木	かきあげ 酢のもの バナナ	サッポロポテト	ごぼうと鶏肉の炊き込み
25	金	ポークビーンズ ごまきゅうり かんきつ	小倉パンケーキ	フルーツヨーグルト
26	土	ハッシュ・ド・ビーフ バナナ	蒸しパン	♪♪♪
27	日			
28	月	ムニエル 小松菜とひじきのあえもの じゃがいもの煮付 かんきつ	カルピス寒天	アスパラベーコンのチーズパイ
29	火			
30	水	鶏のからあげ スパゲティサラダ 茹かアスパラ ゼリー	たべっこどうぶつ	キャロットケーキ