

2016年4月 給食予定献立

渋川あゆみ保育園

誕生会

	曜日	乳児 朝おやつ	昼食	午後 おやつ	あか ちやにくとなる	きいろ ねつやちからになる	みどり ちょうしをととのえる
1	金	あかちゃん せんべい	ぶたじゃがに とうふのみそしる あおなときのこのあえもの	よーぐると	ぶたにく みそ、とうふ	こめ、じゃがいも、しらたき	にんじん、たまねぎ、いんげんまめ わかめ、ねぎ ほうれんそう、こまつな、しいたけ、えのき、しめじ、にんじん
2	土		おべんとうもち				
4	月	さくつとあられ	さけのしおやき やさいのうまに はなふとえのきのすましじる	こめぼんぼう	さけ	こめ さといも、こんにやく はなふ	にんじん、だいこん、きぬさや、 えのき、みつば
5	火	りんご	とりとじゃがいものほっこりに わかめのみそしる ごしよくあえ	ちーず ・ くらっかー	とりにく、あつあげ みそ	こめ、じゃがいも	にんじん、いんげんまめ わかめ、ねぎ もやし、こーん、こまつな、にんじん、しめじ
6	水	うのはなくっきー	◇めだまやき すばげていさらだ みねすとりーね	そふとぜりー	たまご ろーすはむ ペーこん、だいいず	こめ すばげてい、まよねーず	きゅうり とまと、たまねぎ、にんじん、ばせり、とまと
7	木	てつしお せんべい	ろーるばん とんかつ ぼいるきゃべつ ぶちとまと こんそめすーぶ	するめ ・ せんべい	ぶたにく	ろーるばん こむぎこ	きゃべつ、ぶちとまと たまねぎ、にんじん、ばせり
8	金	よーぐると	みーとぼーる あすばら はなばたけさらだ きのこすーぶ	ばなな	あいびきみんち、ごま ちーず	こめ、こむぎこ こーるすろーどれっしんぐ	たまねぎ、あすばら れたす、きゅうり、にんじん、こーん にんじん、たまねぎ、えのき、しめじ、しいたけ、みつば
9	土		おべんとうもち				
11	月	ふわふわちっぶ	かれーらいす ふくじんづけ ♪かみかみさらだ りんご	つなまよーすと	ぎゅうにく、かれーるう、すきむみるく さきいか	こめ、じゃがいも ごまどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、まっしゆるーむ、りんご ふくじんづけ だいこん、にんじん、きゅうり りんご
12	火	ばなな	ぶたにくのおろしそーすがけ ぼてとときゅうり やさいのみそしる	にらのおやき	ぶたにく あぶらあげ、みそ	こめ じゃがいも	だいこん、こまつな、こーん きゅうり だいこんにんじん、きゃべつ
13	水	かぼちゃぼーろ	ぎょうざ ぎゅうにくとびーまんのいためもの ちゅうかすーぶ	♪さかなっこ ・ せんべい	とりみんち ぎゅうにく	こめ、こむぎこ はるさめ	きゃべつ、たまねぎ、にんじん、しょうが びーまん、にんじん、たまねぎ、たけのこ だいこん、にんじん、きくらげ、ねぎ
14	木	むらさきいも せんべい	◇ちくわのいそべあげ ごもくおから、さやえんどう はくさいのみそしる	おれんじ ・ うのはなくっきー	ちくわ とりにく、あぶらあげ、おから みそ、あぶらあげ	こめ、てんぷらこ	あおのり にんじん、ごぼう、ねぎ、さやえんどう はくさい、にんじん、たまねぎ
15	金	ちーず	あかうおとだいこんのもの もやしのみそしる ちぐさあえ	♪はなみだんご	あかうお みそ あぶらあげ	こめ、こんにやく	だいこん、にんじん、れんこん もやし、にんじん、たまねぎ きゃべつ、にんじん
16	土		おべんとうもち				
18	月	よーぐると	すきやきふうに かつおうめ たまねぎのみそしる じゃこときゅうりのすのもの	きらずあげ ・ りんご	ぎゅうにく、やきどうふ、あつあげ みそ、あぶらあげ、 じゃこ	こめ、こんにやく、ふ、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、ねぎ たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ きゅうり、れたす
19	火	やさいすていつく	しよくばん くりーむしちゅー にそわーずふうさらだ ばなな	おしゃぶりこんぶ ・ さくつとあられ	とりにく、くりーむしちゅーるう たまご、ろーすはむ	しよくばん じゃがいも いたりあんどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、ぐりんびーす れたす、きゅうり、にんじん ばなな
20	水	むらさきいも ちっぶ	たけのこごはん からあげ ほうれんそうのいためもの はるきゃべつのみそしる	けーき	あぶらあげ、 とりにく みそ	こめ かたくりこ	たけのこ、にんじん ほうれんそう、こーん きゃべつ、たまねぎ、にんじん
21	木	りんご	◇ちくぜんに なめこのみそしる こまつなのおかかあえ	じゃがもち	とりにく とうふ、みそ かつおぶし	こめ、こんにやく	だいこん、にんじん、たけのこ、ごぼう、ほししいたけ なめこ、ねぎ こまつな
22	金	せんべい	しろみざかなのおーぶんやき だいこんのすーぶ まかろにのかれーそてー	くだものぜりー	からすがれい かれーこ、ペーこん	こめ まかろに	だいこん、にんじん、みつば たまねぎ、にんじん、ぴーまん
23	土		おべんとうもち				
25	月	ちーず	いかとやさいのにももの とうふのみそしる あおなとつなのあえもの	りんごけーき	いか、ちくわ みそ、とうふ しーちきん	こめ、さといも、こんにやく	だいこん、にんじん ねぎ、わかめ こまつな、ほうれんそう、にんじん
26	火	ばなな	はっぼうさい ちゅうかすーぶ はるさめさらだ	よもぎだんご	ぶたにく、うずらたまご ごま ろーすはむ、ごま、ごまあぶら	こめ はるさめ	はくさい、にんじん、たまねぎ、たけのこ、きくらげ、しょうが わかめ きゅうり
27	水	ふわふわちっぶ	きつねうどん ぶたばらときゃべつのいためもの とうふのしゅうまい	おれんじ ・ せんべい	あぶらあげ、かまぼこ ぶたにく とうふ、さかなのすりみ	うどん こむぎこ	ねぎ にんじん、たまねぎ、きゃべつ、しめじ えだまめ、にんじん、しいたけ
28	木	あかちゃん せんべい	とりとやさいのとまとに もやしのすーぶ かいそうさらだ	びすこ	とりにく えび	こめ、じゃがいも しょうゆどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、まっしゆるーむ、とまと もやし、たまねぎ、にんじん れたす、きゅうり、かいそう
29	金		昭和の日				
30	土		おべんとうもち				

* _____は、自然食品のお菓子です。

* ♪印がついているメニューは、0・1歳児の配慮をしています。

* ◇印がついている日は、玄米入りご飯です。

* 生野菜での提供の際には、次亜塩素酸ナトリウムを使用し、殺菌しています。



ご入園・ご進級おめでとうございます

ぽかぽかした日が少しずつ増え、春の訪れを感じます。
これからの新しい環境の中、元気に遊ぶために、まずは腹ごしらえ！
朝ごはんは一日のエネルギー源です。
朝ごはんを食べないと、脳が眠ったままで指令が出せず、体が十分に動きません。
牛乳を飲む・スープやみそ汁を飲む・果物を食べる・おにぎりを食べるなど
少しずつでも食べる習慣をつけて、生活のリズムをつくっていきましょう。

あゆみ保育園の給食は・・・

保育園の給食づくりは、食材本来の味を味わえるように薄味に心がけています。
献立名から、味が濃いのでは？と思われるメニューもありますが保育園風にアレンジし提供させていただきます。
乳児・幼児と同じ献立で提供していますので中には、
乳児に適さない(固さ・味の濃さ)などのメニューの時もありますが、乳児用に配慮したものを提供させていただきます。
配慮のあるメニューについては、あらかじめ献立表に記載させていただいています。

今月のメニューより

★給食★ 4月20日

たけのこご飯

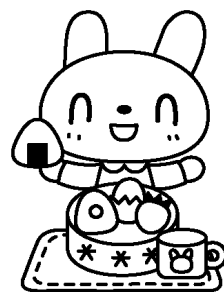
＜材料＞ 子ども1人分

米	40g
たけのこ	10g
鶏肉	5g
人参	3g
油揚げ	6g
だし汁	6g
三温糖	1g
塩	0. 2g
酒	0. 5g
しょうゆ	3g



＜作り方＞

- ①お米は洗っておく。
- ②たけのこ、鶏肉を細かく切る。
- ③人参は細かい千切りに切る。
- ④油揚げは熱湯をかけ、油抜きをし、細かい短冊に切る。
- ⑤①にすべての具・調味料を加え炊飯器で炊く。



★おやつ★ 4月21日

じゃがもち

＜材料＞ 子ども1人分

じゃがいも	1/2個
片栗粉	6g
バター	5g
塩	少々
しょう油	適量



＜作り方＞

- ①じゃがいもの皮をむき
- ②①のあら熱がとれたら、片栗粉、バター、塩を加え、じゃがいもを潰しながら混ぜる。
- ③②を平たく丸める。
- ④フライパンで両面を焼いて、しょう油を塗る。

