

4月 給食だより

黒森保育園 平成27年4月4日

ご入園 ご紹介 おめでとうございます
新入園児のみなさん ようこそ黒森保育園へ!

笑顔いっぱい おなかいっぱい 元気いっぱい

《生きることは食べること・食べることは生きること・生きるにはしっかり食べること》

私達が生きるためには様々な命を頂いています。畑に植える野菜を通し、育てたり収穫して食べる事で自分達が大きく成長して生かされている事を伝えながら、いろんな事や物にも感謝の気持ちが自然に育ってくれば良いなと思っています。【食】に関わる様々な場面から、一緒に感じていければと考えています。食べ物に興味をもてるように、まずは「おいしい!」と言ってもらえるような給食を作っていきます。お腹いっぱい食べて、笑顔で元気モリモリ!たくさんのお友達と保育園での生活を楽しんでほしいと思います♪ おはしマンとかむ蔵も待っているよ!

硬い物もよく噛めばだいじょうぶ!

かむ蔵

おはしマン

僕が箸の持ち方を教えるよ!!

お知らせ & おねがい

- ◆ 新はと組さんからほし組さんまでは、お弁当に白ごはんとお箸・口拭きタオルを持ってきて下さい。
- ◆ 新うさぎ組さんは、口拭きタオルを持ってきて下さい。ごはん・箸・スプーンは園で準備します。
- ◆ ひよこ組さんは、毎日 何もいりません。
- ◆ 献立表の★印は、完全給食の日です。ごはんはいりませんが箸は必要です。
 ※印の日は手作りおやつの日です。◎印は、カミカミデーです。4月は21日(火) 来月からは2回の予定です。噛み応えのある食材を使い、噛んだときの音や食感を楽しみながらかむ蔵と一緒に噛み方や飲み込み方を伝えていきます。
- ◆ 24日(金) 4月生まれのお誕生会です。お祝いをしながら皆でラーメンを食べます☆
- ◆ 来月から、先生方に献立を考えてもらう、お楽しみ献立が始まります!おたのしみに〜♪
- ◆ 集団給食なので、衛生面には十分気をつけたいと思います。弁当箱・弁当風呂敷・箸箱・箸の洗浄 口拭きタオル・タオル入れ等は、ご家庭で清潔にして準備して頂くよう ご協力をお願いします。
- ◆ 献立表には毎日 目を通して頂き、朝食・夕食とメニューが重ならない様に 子どもの食欲をそそるようにしましょう。

4月献立表

E: エネルギー F: 脂質 P: たんぱく質 塩分

1	水	ポークカレー フルーツポンチ 牛乳		麦茶 菓子	E:385 P:15.3 F:15.9 塩分:2.0
2	木	八宝菜 華風和え 清美オレンジ わかめスープ		牛乳 菓子	E:335 P:16.7 F:17.5 塩分:1.6
3	金	鮭の照焼き すき昆布煮 苺 みそ汁		牛乳 マフィン	E:299 P:20.7 F:12.4 塩分:2.1
4	土	紅白まんじゅう (入園式)			E: P: F: 塩分:
6	月	たらのムニエル アスパラサラダ 苺 コーンスープ		牛乳 菓子	E:265 P:13.2 F:11.6 塩分:1.3
7	火	ハンバーグ 茹キャベツ 清見オレンジ みそ汁	※	牛乳 チーズ蒸しパン	E:487 P:21.4 F:23.5 塩分:1.9
8	水	クリームシチュー コールスロー 苺 野菜ジュース		ピーチゼリー 昆布	E:316 P:11.5 F:8.4 塩分:2.0
9	木	鶏の照り焼き マカロニサラダ 清見オレンジ みそ汁		牛乳 菓子	E:305 P:14.4 F:15.8 塩分:1.7
10	金	赤魚の甘辛揚げ 大根サラダ バナナ みそ汁	※	牛乳 マドレーヌ	E:357 P:17.2 F:18.8 塩分:2.1
11	土	豚丼風 バナナ 牛乳		麦茶 菓子	E:311 P:12.7 F:12.8 塩分:0.7
13	月	豚の生姜焼き ポテトサラダ オレンジ みそ汁	※	牛乳 ジャムサンド	E:474 P:20.4 F:21.2 塩分:2.2
14	火	サーモン焼き 野菜炒め 苺 ほうれん草のみそ汁		牛乳 菓子	E:239 P:19.6 F:14.0 塩分:2.0
15	水	★ ミートスパゲティ バナナ キャベツスープ	※	お祝いプリン	E:612 P:26.6 F:21.5 塩分:3.5
16	木	焼きドライカレー フルーツポンチ 牛乳		ジョア 菓子	E:441 P:22.9 F:15.0 塩分:2.3
17	金	ヒレカツ ミックスキャベツ みかんゼリー みそ汁		牛乳 菓子	E:439 P:23.0 F:15.1 塩分:2.4
18	土	コーンシチュー バナナ 野菜ジュース		麦茶 菓子	E:359 P:11.9 F:10.4 塩分:1.3
20	月	肉じゃが 野菜の和えもの 苺 わかめのみそ汁		牛乳 菓子	E:360 P:19.5 F:14.6 塩分:2.5
21	火	◎ アリゾナソーテー お浸し 清見オレンジ 中華スープ		牛乳 菓子	E:289 P:13.6 F:16.2 塩分:1.1
22	水	ハッシュドポーク スパゲティサラダ オレンジ 牛乳	※	フルーツヨーグルト	E:426 P:17.2 F:21.2 塩分:2.2
23	木	さばの味噌煮 ウルイのごま和え バナナ すまし汁	※	麦茶 わかめおにぎり	E:313 P:16.1 F:7.0 塩分:2.9
24	金	★ コーンラーメン 青りんごゼリーアラモード		麦茶 ロールケーキ	E:547 P:22.2 F:12.5 塩分:1.5
25	土	すき焼き風煮 バナナ 牛乳		麦茶 菓子	E:341 P:13.8 F:16.0 塩分:1.0
27	月	豚肉のケチャップ煮 バナナ かきたま汁	※	牛乳 チーズトースト	E:360 P:19.1 F:17.7 塩分:1.7
28	火	詰め合わせ 浅漬け バナナ オレンジジュース		牛乳 菓子;	E:268 P:22.1 F:8.6 塩分:1.3
30	木	タンドリーチキン コールスロー 苺 ポパイスープ		ミルージュ 菓子	E:318 P:16.7 F:10.1 塩分:1.4

二人で力を合わせ
おいしい給食を
つくっていきます!

みんなが大きく
成長できるように
わたしたちが
お手伝いします!

今年もいっぱい
『おいしい!』が聞ける
ように、がんばります!