

[30年 4月]

給食献立表

<3号認定>

(3歳未満児)

貢川幼稚園

日付	曜	献立	(午前)おやつ(午後)	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
3	火	プチコロッセ・プチふんわりミルク・野菜ジュース (パン注文した方のみ) (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット バナナのカップケーキ・麦茶	500	11.6	13.3	36	0.4
4	水	ミンチカレー・きゅうりとカニカマの酢の物・牛乳・福神漬け (保育希望者のみ給食提供あり)	プチお菓子 ジャムサンド・麦茶	572	18.7	14.4	256	2.7
5	木	塩焼きそば・ささみとトマトのサラダ・ヨーグルト (保育希望者のみ給食提供あり)	プチお菓子 チーズ蒸しパン・野菜ジュース	501	19.9	8.2	184	2.1
6	金	白身魚のフライ・まめまめ煮・さつま芋パン・飲むヨーグルト(100ml) (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット こむすびちゃん・麦茶	553	27.9	18.4	247	2.3
9	月	あさりのチャウダー・キャベツとチーズのおかかサラダ・コッペパン (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット バナナ・麦茶	428	15.6	14.1	185	1.9
10	火	プチフランク・プチふんわりオレンジ・野菜ジュース (パン注文した方のみ) (保育希望者のみ給食提供あり)	プチお菓子 じゃがいものおやき・飲むヨーグルト(100ml)	590	20.2	19.1	203	2.5
11	水	チキンカレー・大根サラダ・牛乳・福神漬け (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット 手作りぶどうゼリー・麦茶	533	15.1	17.9	235	2.2
12	木	味噌ラーメン・かぼちゃサラダ・ヨーグルト (保育希望者のみ給食提供あり)	ビスケット 抹茶と小豆の蒸しケーキ・麦茶	567	18.5	19.3	220	2.3
13	金	鮭の香草パン粉焼き・大根とさつまあげの煮物・チーズパン・牛乳 (保育希望者のみ給食提供あり)	プチお菓子 ミニキャロットスコーン・麦茶	575	26.7	22.9	291	2.4
14	土	ドーナツ・ゼリー		180	3.8	3.6	20	0.1
16	月	チキンカツ・春野菜サラダ・チョコチップパン・ヨーグルト (保育希望者のみ給食提供あり)	プチお菓子 おむすびくん・麦茶	555	21.7	20.8	149	2.0
17	火	クリームパン・ポテトサラダサンド・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	ビスケット バナナ・飲むヨーグルト(100ml)	499	13.9	14.4	165	1.3
18	水	ポークカレー・ソーセージサラダ・牛乳・福神漬け	プチお菓子 フルーツミルク寒・麦茶	519	16.5	17.5	287	1.8
19	木	きつねうどん・さつまいものサラダ・ヨーグルト	ビスケット オレンジの蒸しケーキ・野菜ジュース	495	15.4	14.1	226	2.3
20	金	イタリアンハンバーグ・キャベツのみそマヨ和え・プチふんわりメープル・コンソメスープ	プチお菓子 シュガーラスク・牛乳	546	24.0	24.2	279	2.0
21	土	プリン・おせんべい		170	5.7	4.0	64	0.6
23	月	栄養すいとん・ハムのマリネ・食パン(いちごジャム)・牛乳	プチお菓子 チーズとおかかのおにぎり・麦茶	556	20.9	14.5	366	2.9
24	火	プチフィッシュ・プチふんわりチョコ・野菜ジュース (パン注文した方のみ)	ビスケット クランベリースコーン・麦茶	520	11.1	13.5	31	0.5
25	水	春野菜カレー・フルーツヨーグルト・牛乳・福神漬け	プチお菓子 カルピスゼリー・麦茶	518	16.5	13.6	256	1.7
26	木	焼きそば・かんきつサラダ・中華スープ	ビスケット りんごの蒸しパン・野菜ジュース	453	14.1	11.5	107	0.9
27	金	じゃがいものそばろ煮・キャベツサラダ・メープルパン・牛乳	プチお菓子 バナナ・麦茶	529	19.1	24.6	228	2.2
28	土	カップケーキ・野菜ジュース		140	2.1	6.2	18	0.1

ご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちはこれから園で出会う友達や先生に、胸をときめかせていることでしょう。
体調を崩すこともあると思いますが、なんでもモリモリ食べ、体調を整え、元気に園に来てください。ご協力をお願いいたします。

「早寝・早起き・朝ごはん」で元気!

朝、慌てて家を出ると、忘れ物をしたり、園で腹痛や貧血を起こしたり居眠りをしたりすることにつながります。
子どもたちは、まだ10時間程度の睡眠が必要な年齢です。
ご家庭では「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけていただけたらと思います。規則正しい睡眠、そして快便。
朝食と歯磨きの時間もゆったりとて、ゆとりをもって登園できるようお願いします。

給食室からのお知らせ

毎週水曜日は、ご家庭からご飯の持参をお願いします。忘れてしまった場合には

ご飯代として1食70円頂戴しております。

※後日、担任にお渡しください。