

2017年4月 給食予定実施献立

あゆみ保育園

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 土		おべんとうもち				
3 月	ふわふわちっぷ	たけのごはん さけのしおやき ごもくひじき えのきとふのみそしる	ぷりん	とりにく さけ だいず、あぶらあげ みそ	こめ こんにやく ふ	たけのこ、にんじん ひじき、にんじん えのき、ねぎ
★ 4 火	うのはなくつきー	しよくばん とりのてりやき おんやさい やさいのすーぶ	はるじゃがの ぼてとふらい	とりにく	しよくばん じゃがいも、	にんじん、ぶろっこりー にんじん、きゃべつ、たまねぎ
5 水	よーぐると	はっぼうさい はるさめさらだ わかめすーぶ	いちご ・ びすけつと	ぶたにく ろーすはむ	こめ はるさめ、 ごま	はくさい、たけのこ、たまねぎ、にんじん、しょうが きゅうり わかめ
★ 6 木	かぼちゃすていっく	◇いかとやさいのもの あおなとつなのあえもの とうふとあおさのみそしる	かなっぺ ・ つなまよ・ばいんちー	いか つな とうふ、みそ あぶらあげ、 ぶたにく	こめ、さといも、	だいこん、にんじん ほうれんそう、こまつな、にんじん あおさ ねぎ
7 金	さくつとあられ	きつねうどん しんごぼうとぎゅうにくのしぐれに ぶろっこりーのおかかあえ	♪はなみだんご (乳児:せんべい)	ぎゅうにく かつおぶし	うどん こんにやく	ねぎ ごぼう、にんじん ぶろっこりー
8 土		おべんとうもち				
10 月	むらさきもちっぷ	◇かつおのたつたあげ ちぐさあえ ぐだくさんみそしる	とろべー ・ かりんとう	かつお あぶらあげ ぶたにく	こめ、かたくりこ じゃがいも	きゃべつ、にんじん たまねぎ、にんじん、きゃべつ
11 火	よーぐると	ぶたばらとこんさいのもの こまつなのおかかあえ たまねぎともずくのみそしる	ばなな ・ ここなつさぶれ	ぶたばらにく かつおぶし 、みそ	こめ、 じゃがいも	だいこん、にんじん、れんこん、ごぼう こまつな、もやし たまねぎ、もずく、ねぎ
12 水	ふわふわちっぷ	◇とりとじゃがいものほっこりに あおなのあえもの ぶたにくとしめじのみそしる	おこのみやき	とりにく、あつあげ ぶたにく、みそ	こめ、じゃがいも、	にんじん、いんげん ほうれんそう、こまつな、にんじん しめじ
★ 13 木	せんべい	とりとやさいのとまとに かいそうさらだ もやしのすーぶ	まかるにの きなこあえ	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、とまと れたす、きゅうり、かいそう もやし、たまねぎ、にんじん
14 金	あかちゃんせんべい	かれないのおーぶんやき やさいのまよねーずいため だいこんのすーぶ	くだものぜりー	からすがれい まよどれ	こめ	にんじん、きゅうり、こーん、きゃべつ だいこん、にんじん、ばせり
16 土		おべんとうもち				
17 月	ばなな	はるやさいとぶたにくのみそいため わかめのなむる だいこんのちゅうかすーぶ	かるびすかてん	ぶたにく	こめ、 ごま、ごまあぶら	きゃべつ、にんじん、びーまん もやし、わかめ だいこん、にんじん、ねぎ
★ 18 火	かぼちゃすていっく	さわらのてりやき あすばら せんぎりだいこんのもの たまねぎのみそしる	♪さかなっこ ・ ♪せんべい(ぱりんこ)	さわら あぶらあげ みそ	こめ	あすばら きりほしだいこん、にんじん わかめ、たまねぎ、にんじん
★ 19 水	ちーず	<はるのいろどりらんち> みーとろーふ こーんさらだ じゃがいものすーぶ	けーき	あいびきみんち	かたくりこ じゃがいも	たまねぎ、にんじん、あすばら ちしやな れたす、きゅうり、にんじん、こーん きゃべつ、たまねぎ、
★ 20 木	あかちゃんせんべい	かれーらいす いたりあんさらだ ちーず	おれんじ ・ うのはなくつきー	ぎゅうにく ちーず	こめ、じゃがいも、かれーらう まりねどれっしんぐ	たまねぎ、にんじん、 れたす、きゅうり、とまと
21 金	せんべい	♪ぶたのしょうがやき ぼてとときゅうり ぶちとまと やさいのみそしる	よーぐると	ぶたにく あぶらあげ、みそ	こめ じゃがいも	しょうが きゅうり ぶちとまと だいこん、にんじん、きゃべつ
22 土		おべんとうもち				
24 月	あかちゃんせんべい	とりとだいこんのもの さんしよくあえ なめこのみそしる	りんご ・ せんべい(わしや)	とりにく とうふ、みそ	こめ、	だいこん、にんじん、たけのこ、ほししいたけ もやし、こーん、こまつな、 なめこ、ねぎ
★ 25 火	さくつとあられ	◇あかうおのにつけ きゃべつとつなのあえもの さつまじる	そふとぜりー	あかうお つな ぶたにく、みそ	こめ さつまいも	きゃべつ、にんじん だいこん、にんじん、ねぎ
26 水	せんべい	ささみのてんぷら ごもくまめのにももの すなつがえんどう だいこんのみそしる	ちーず ・ くらっかー(りっつ)	とりさきみにく だいず あぶらあげ、みそ	こめ、てんぷらこ こんにやく	あおのり にんじん、ほししいたけ、こんぶ すなつがえんどう だいこん、にんじん、ねぎ
★ 27 木	よーぐると	すきやきふうに じゃこときゅうりのすのもの たまねぎのみそしる	とうにゅうむしばん	ぎゅうにく、あつあげ ちりめんじゃこ みそ	こめ、こんにやく、じゃがいも	にんじん、ねぎ、たまねぎ きゅうり、れたす たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ
28 金	うのはなくつきー	ろーるばん びーふはやし こーんさらだ ばなな	♪こめぼんぼう	ぎゅうにく	ろーるばん はやしらう、びーふしちゅーらう まりねどれっしんぐ	たまねぎ、にんじん、たけのこ、とまと、ぐりんびーす こーん、れたす、きゅうり、にんじん ばなな
29 土		しょうわのひ				

誕生会

* _____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門の横に給食の写真を貼り出しています。

* 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。
* ◇印がついている日は、玄米入りご飯です。
* 天候の都合により、給食内容が変更になる場合があります。



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、和食等を大切に心がけています。
 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しています。
 乳児・幼児と同じ献立で提供していますので乳児では固さ・味の濃さなど配慮したものを提供しています。
 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おりますのでご確認ください。

～お知らせ～

近年、除去食が必要な園児の大幅な増加にともない調理の時間や場所の確保等、安全面での保障が、大変厳しくなってきました。
 つきましては、4月から給食、おやつで使用するマヨネーズを卵不使用のマヨネーズに
 また、5月からアレルギー原不使用ハム、ベーコンを使用させていただくことになりました。

今月のメニューより

★給食★ 4月7日

新ごぼうと牛肉の時雨煮

材料(4人分)

牛肉	120g
新ごぼう	1本
人参	3cm程
糸こんにゃく	60g
だし汁	300ml
酒	小さじ2
砂糖	小さじ3
みりん	小さじ1
濃口醤油	小さじ2 1/2

作り方

- ①ごぼうは斜め薄切り、人参は太い千切り、糸こんにゃくは適度な長さに切っておく
- ②油を熱した鍋にごぼうと糸こんにゃくを入れ、炒める
- ③②にだし汁を加え、沸騰したら牛肉をほぐしながら加え、煮立たせアクをとる
- ④◇の調味料で調味し、ごぼうが柔らかくなったら人参を加え、煮汁が少なくなるまで煮る



★おやつ★ 4月18日

カルピス寒天

材料(6～9個分)

カルピス原液	100ml
水	400ml
粉寒天	3g

作り方

- ①鍋に材料をすべて入れ、火にかけ、混ぜながら沸騰させる
- ②型に流し、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める

イチゴやみかんなどのフルーツを入れてもおいしいです
 その際はフルーツを先に型に並べ、①の液を流し入れ、固めます

