

4月の献立

認定こども園 うみの星保育園

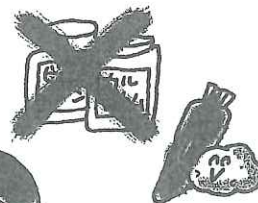
日・曜	おやつ	3歳未満児追加	行事計画
		10時	
1 (木)	わかめごはん みそ汁(なめこ、油揚げ、ねぎ) さんまの塩焼き 野菜炒め 果物	ゼリー	お菓子
2 (金)	やしそば 玉子スープ しゅうまい 白菜のお浸し 果物	チョコチップ蒸しパン 牛乳	お菓子
3 (土)	納豆スパゲティ コンソメスープ 鶏のケチャップ炒め 大根サラダ 果物	チーズロールパン 牛乳	
5 (月)	ごはん ふのみそ汁 塩鮭 肉じゃが 果物	かぼちやもち 牛乳	お菓子
6 (火)	ハイジのパン レタススープ チキンナゲット ツナサラダ 果物	ポテトフライ 牛乳	お菓子
7 (水)	みそラーメン ぎょうざ ナムル 果物	お菓子 牛乳	お菓子
8 (木)	カレーライス 牛乳 ウインナー コーンサラダ 果物	ヨーグルト	お菓子
9 (金)	食パン きのことスープ 鶏の照り焼き ポテトサラダ 果物	アメリカンドッグ 牛乳	お菓子
10 (土)	卵とじうどん 白身フライ もやしとほうれん草のおかか和え 果物	おにぎり 牛乳	
12 (月)	枝豆ごはん みそ汁(豆腐、卵) すき焼き風煮 おくらのしらす和え 果物	大学いも 牛乳	お菓子
13 (火)	玄米ロール ポトフ ミートボール マカロニサラダ 果物	お茶漬け	お菓子
14 (水)	和風スパゲティ 卵スープ 鶏のケチャップ焼き キャベツサラダ 果物	お菓子 牛乳	お菓子
15 (木)	焼肉丼 みそ汁(しめじ、油揚げ、ねぎ) きゅうりの中華和え チーズ 果物	プリン	お菓子
16 (金)	小豆パン カレースープ コロケ 海藻サラダ 果物	チャーハン 牛乳	お菓子
17 (土)	ごはん みそ汁(なめこ、豆腐) から揚げとごぼうの甘辛和え もやし炒め 果物	塩パン 牛乳	
19 (月)	ごまごはん どんこ汁 たらの竜田揚げ 小松菜と白菜のお浸し 果物	チョコババロア	お菓子
20 (火)	ハイジのパン シチュー メンチカツ スパゲティサラダ 果物	抹茶ケーキ 牛乳	お菓子
21 (水)	あんかけ焼きそば わかめスープ 揚げぎょうざ もやしのお浸し 果物	お菓子 牛乳	お菓子
22 (木)	炊き込みごはん みそ汁(キャベツ、油揚げ) さばの塩焼き いんげん炒め 果物	あげいも 牛乳	お菓子
23 (金)	食パン 野菜スープ レバーのかりん揚げ ブロッコリーサラダ 果物	お好み焼き 牛乳	お菓子
24 (土)	ごはん みそ汁(じゃがいも、わかめ、ねぎ) メンチカツ ほうれん草のなめ茸和え 果物	ホットケーキ 牛乳	
26 (月)	しらすごはん みそ汁(しいたけ、ねぎ) 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のお浸し 果物	みたらしいもち 牛乳	お菓子
27 (火)	ナポリタンスパゲティ わかめスープ ミートボール 野菜サラダ 果物	ゼリー	お菓子
28 (水)	ごはん みそ汁(豆腐、ねぎ) 鶏のから揚げ ほうれん草のごま和え 果物	ケーキ ジュース	お菓子 誕生会
30 (金)	玄米ロール ミネストローネ 白身フライ 豆サラダ 果物	フルーツヨーグルト	お菓子

*園の都合によりメニューの変更をすることがあります

どうして野菜を食べるの？

●主菜の肉・魚に入っていないビタミンを豊富に含みます。

●サプリメントより野菜で摂りましょう。



●野菜は楽しいよ!

早く食べたい

