

4がつ こんだてひょう

4がつ 給食だより

新しいお友達もかわり
一年がスタートしました

ひよし第2 保育園の給食

やや薄味ですが素材の味を活かす
ように粉末だし(化学調味料)は使用
せず。いりこ・かつお節・昆布などでだしを
とっています。しっかりだしをとることで
うま味のある薄味に仕上がります。

味覚が発達する小さい頃に濃い味に
すると味の濃いものが好きになり
ます。3歳頃までは大人の1/2~1/3程度の
薄味であげたいものです。
そうすると何でも食べられるようになり
偏食を防ぐことにもつながります。

午前のおやつ

まだ一度にたくさん量が食べ
られない1~2歳児さん達には、
午前中に牛乳(約50ml)とおやつをたし
ます。クラッカー・ビスケット・バナナ・オレンジなど
おやつはですが、補食程度ですので
朝ごはんはしっかり食べてきてください

午後のおやつ

午後のおやつは朝・昼・夕食の3食プラス
第4の食事のようなおもです。成長期の子
どもたちにとって「おやつ=甘いもの」
ばかりではありません。
夕方までしっかり遊ぶ体力をつける
ためおにぎりも頻りにあります。

- 保育園の玄関に給食を展示しています(3歳児の盛り付け量)
おむかえの時に、お子さんと一緒にご覧になってください
- 質問・お悩み等 気になることがありましたら 担任・調理担当に
ご相談ください。

R6年度4月発行 ひよし第2保育園

月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
牛乳 パナナ ハヤシライス れんこんサラダ りんご お好み焼き 牛乳	牛乳 リッツ ごま塩ごはん 豆腐の肉あんかけ ミックスおひたし 具だくさん汁 オレンジ	牛乳 ミレーフライ コーンライス ポテトグラタン マカロニサラダ 春キャベススープ バナナ ミニうどん 牛乳	牛乳 せんべい ごはん 納豆のかき揚げ 春雨酢の物 えのきスープ バナナ	牛乳 パナナ むぎごはん ししゃも焼き きんぴらごぼう 大根みそ汁 りんご きな粉団子 牛乳	ツナピラフ ウイナーズスープ バナナ シガーフライ
8日	9日	10日	11日	12日	13日
牛乳 せんべい むぎごはん 鶏のから揚げ ツナポテトサラダ きのこのみそ汁 バナナ みかんゼリー 牛乳	牛乳 リッツ ごま塩ごはん 豆腐ハンバーグ コールスローサラダ かぼちゃスープ オレンジ	牛乳 オレンジ ゆかりごはん 鮭のコーン焼き ヒジキ和え 豆乳シチュー バナナ ごま入りむしぼん 牛乳	牛乳 クラッカー 肉うどん 鶏レバーのケチャップ煮 ガーリックポテト りんご ココアドーナツ 牛乳	牛乳 パナナ むぎごはん コロコロ甘酢豆腐 磯香和え もずくスープ オレンジ ごはんおやき 牛乳	チキンライス 野菜スープ バナナ ミレーフライ
15日	16日	17日	18日	19日	20日
牛乳 オレンジ ゆかりごはん 豚肉だんご スパゲティサラダ コーンスープ フルーツパフェ 牛乳	牛乳 パナナ むぎごはん 筑前煮 じゃこ和え ふのみそ汁 りんご じゃがりこ 牛乳	牛乳 ミレーフライ お弁当の日	牛乳 シガーフライ むぎごはん さばの竜田揚げ キャベツポン酢和え 豚汁 バナナ みぞ焼きおにぎり 牛乳	牛乳 パナナ ゆかりごはん ポパイチャンプル かぼちゃの煮物 若竹汁 りんご フライドポテト 牛乳	
22日(誕生会)	23日(カミカミデー)	24日	25日	26日	27日
牛乳 パナナ アンパンマンライス 鶏肉の香味焼き お花畑サラダ いちごゼリー ミニラーメン 牛乳	牛乳 クラッカー むぎごはん 鮭の塩焼き ナムル けんちん汁 バナナ マカロニきな粉 牛乳	牛乳 パナナ ごはん 肉じゃが わかめの酢の物 豆腐のみそ汁 オレンジ お好み揚げ 牛乳	牛乳 リッツ ドライカレー ごぼうサラダ りんご 天かすうどん 牛乳	牛乳 ミレーフライ むぎごはん ささ身の南蛮漬け 春キャベツの昆布和え つるつるスープ バナナ おかかおにぎり 牛乳	豚丼 わかめのみそ汁 バナナ せんべい
29日	30日				
	牛乳 リッツ たけのこごはん 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ なめこみそ汁 ミニラーメン 牛乳				
	昭和の日				

