

4月の献立表

R3・4 つくし保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
<h2>進級おめでとございます</h2> <p>今年も子ども達と一緒に栽培やクッキングなど、コロナ禍ではありますが、創意工夫をしながら体験できる食育活動を楽しく取り組んでいこうと考えています。どうぞ宜しくお願いします。</p>						1 入園式		2		3	
茶飯 鶏のマーレード [®] 焼き <small>鶏肉、マーレード 付)ブロッコリー</small> 小松菜のツナ和え <small>小松菜、人参、ツナ</small> なめこのみそ汁 <small>なめこ、大根、油揚げ、ねぎ</small> 大学いも 牛乳						鯖の照り焼き <small>鯖 付)トマト</small> 切大根の甘酢和え <small>切り干し大根、人参、きゅうり</small> 人参のクリームスープ <small>人参、じゃが芋、米粉、パセリ</small> 果物 桜クッキー 牛乳		豆腐そぼろ丼 <small>豆腐、鶏ひき肉、ほうれん草、人参</small> じゃこの酢の物 <small>きゅうり、人参、ちりめんじゃこ</small> かぼちゃのみそ汁 <small>かぼちゃ、玉ねぎ、ごぼう</small>			
5		6		7 青空ランチ		8		9		10	
五目うどん <small>鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ</small> 法連草のナムル <small>法連草、人参、もやし</small> 焼きししゃも <small>ししゃも、トマト</small> 果物 芋ようかん		豆腐入り松風焼き <small>豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、えのき</small> ほうれん草の ごま和え <small>ほうれん草、人参、ごま</small> 厚揚げのとろみ汁 <small>厚揚げ、玉ねぎ、里芋、ねぎ</small>		鮭ワカメおにぎり [△] 鶏のからあげ フライドポテト ピンチオス <small>ウイナー、胡瓜</small> ホーレン草のコーンと和え いちご [♥] 黒ごま焼きかりんとう 牛乳		カレーライス <small>豚肉、玉葱、人参、じゃが芋</small> コールスローサラダ <small>キャベツ、きゅうり、パイン</small> 果物 ピーチゼリー		魚の抹茶天ぷら <small>白身魚、抹茶 付)トマト</small> ひじきの華風和え <small>ひじき、きゅうり、人参</small> 豆腐のすまし汁 <small>豆腐、玉ねぎ、わかめ、ねぎ</small>		あけぼのご飯 <small>人参、しらす、小松菜</small> きゅうりのゴマ酢和え <small>きゅうり、キャベツ、もやし</small> 豚汁 <small>里芋、ごぼう、人参、豚肉</small>	
12		13		14		15		16 よもぎクッキー作り		17	
ミートソース <small>ひき肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム</small> かぼちゃサラダ <small>かぼちゃ、じゃが芋、干しぶどう</small> コーンスープ <small>玉ねぎ、コーン、パセリ</small> 果物 のりおにぎり チーズ		肉豆腐 <small>豆腐、牛肉、しめじ、糸こんにゃく</small> キャベツの おかか和え <small>キャベツ、小松菜、人参、梅干し</small> 麩のみそ汁 <small>麩、玉ねぎ、わかめ、ねぎ、</small>		ハヤシライス <small>牛肉、人参、玉ねぎ</small> 菜果サラダ <small>キャベツ、きゅうり、レーズン</small> 果物 ぷりん [🍮]		もち麦ご飯 いりどり <small>鶏肉、筍、里芋、人参</small> ごま酢和え <small>キャベツ、きゅうり、人参、ハム</small> 厚揚げのみそ汁 <small>厚揚げ、玉ねぎ、わかめ</small> 豆乳バナナケーキ 牛乳		魚の西京焼き <small>さわら、白みそ 付)ブロッコリー</small> 納豆和え <small>ひきわり納豆、ほうれん草、人参</small> かきたま汁 <small>卵、玉ねぎ、えのき、ねぎ</small>		ほうれん草蒸しパン 牛乳 炊き込みご飯 <small>鶏肉、ごぼう、人参、キヌサヤ</small> しらす干しと キャベツのお浸し <small>キャベツ、人参、シラス</small> 大根のみそ汁 <small>大根、玉葱、油揚げ、ワカメ</small>	
19 カミカミday		20		21		22		23 誕生会		24	
カレーラーメン <small>豚肉、長ネギ、人参、キャベツ</small> ごぼうサラダ <small>ごぼう、きゅうり、人参、ごま</small> 新じゃがの煮物 <small>新じゃが、玉ねぎ、人参</small> 果物 豆ご飯おにぎり はりはり漬け		牛飯 <small>牛肉、人参、キヌサヤ</small> キャベツの胡麻和え <small>キャベツ、シラス、ゴマ</small> わかめスープ <small>わかめ、玉ねぎ、コーン</small>		さばのみそ煮 <small>鯖、生姜 付)インゲン</small> ミルクおから <small>おから、豚ひき肉、玉ねぎ、人参</small> 菜の花汁 <small>法連草、玉ねぎ、卵</small>		黒米ご飯 肉じゃが [🍖] <small>豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参</small> 春雨サラダ <small>春雨、きゅうり、人参、ハム</small> えのきのすまし汁 <small>えのき、玉ねぎ、わかめ</small> 豆乳くずもち (小豆かけ)		フィッシュバーガー <small>ハトウ、玉葱、卵</small> フライドポテト <small>じゃがいも</small> ミネストロンスープ <small>マカロニ、人参、トマト、玉葱、パセリ</small> 果物 ミニいちごパイ 牛乳		豚焼肉丼 <small>豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン</small> 大根の甘酢和え <small>大根、胡瓜、ちりめん</small> 玉葱の澄まし汁 <small>玉葱、しめじ、ワカメ</small>	
26		27		28		29 昭和の日		30 お弁当の日			
和風焼きそば <small>豚肉、椎茸、人参、たまねぎ</small> 酢味噌和え <small>ブロッコリー、カリフラワー</small> もやしのすまし汁 <small>もやし、わかめ、ねぎ</small> 果物 筍おにぎり チーズ		麻婆豆腐丼 <small>豆腐、玉ねぎ、人参、ひき肉</small> ブロッコリーの じゃこ和え <small>ブロッコリー、人参、ちりめんじゃこ</small> 中華スープ <small>ワカメ、ネギ、ゴマ</small> ジャムサンド 牛乳		魚のピザ焼き <small>鯖、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ</small> コロコロサラダ <small>じゃが芋、水煮大豆、きゅうり</small> 切干大根スープ <small>切り干し大根、人参、えのき、パセリ</small> 果物 お好み焼き 牛乳							

青空ランチ

今年も青空ランチと称して、家から空のお弁当箱を持参してもらい、子ども達とお弁当詰めをして外で食べたいと思っています。お便り等でお知らせしますのでご協力よろしくお願いします。

扇原茶園

今年も扇原茶園さんへ茶摘み体験へ年長さんと出かけます。お茶摘みをした後に、お茶が練りこんであるピザ生地をのばし、トッピングしてピザ釜で焼いて食べます。とっても楽しみです。

※都合により献立が変更になる場合があります。 ※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます。