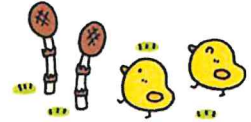


しょくじだより



進級・入園 おめでとうございます！ きゅうしょくです。



大津保育園の給食は、手作りで安全な給食づくりを心がけています。

毎月しょくじだよりを発行します。おたよりでは、給食献立やクッキング、おたのしみ弁当の日や保育園の情報を載せています。また、毎日の給食を玄関のサンプルケースに置いてあります。お子さんと一緒に見て、話題にしたり、夕食のメニューと重ならないように参考にしてください。

子どもたちが給食を楽しみに登園してもらえよう、栄養はもちろん、行事食や色々なイベントを計画しています。ご意見・ご要望等ありましたらお気軽にお聞かせください。

子どもたちの「おいしかったよ」「またつくってね」の言葉を励みにがんばります。

給食 吉本 金子 山下



給食からの
おねがい

遠足

持ち物、注意事項等のお知らせが
出ますのでご覧ください。（年3回）

園外保育

おにぎり、水筒、お手拭き、敷物を
リュックに入れて持ってきてください。
（年9回）

おたのしみ弁当

毎月実施します。空の弁当箱を包みに
入れて持参してください。
（ふじ・つばき・さくら・うめ）

4月のイベント

お菓子屋さん

13日（火）
給食室の前が
お菓子屋さんになります。
好きなお菓子を自分で
選びます。

ゼリー屋さん

22日（木）
毎年「きれい！」と
大好評の
ゼリー屋さん。
どんな味があるか、
おたのしみに！！

アンパンマンランチ

28日（水）
ご飯の上に食材をのせ
思い思いのアンパンマンの
顔を作ります。
どんなお顔ができるかな？

おすすめレシピ

『おいないさんサラダ』



お好みで調整してね！

材料（子ども4人分）

おから	40g
味付油揚げ	40g
きゅうり	25g
にんじん	40g
たまねぎ	25g
マヨネーズ	20g
めんつゆ	8g
食塩	1g

作り方

- ① おからをフライパンで炒る。
- ② にんじんはせん切りして茹でる。
- ③ たまねぎは薄くスライスし、しんなりするまで炒める。
- ④ 味付油揚げときゅうりはせん切りにする。
- ⑤ マヨネーズとめんつゆと食塩を混ぜる。
- ⑥ ①～⑤までを全てまんべんなく和える。





献立表



令和3年度4月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	木	ビスケット お茶		米飯 鶏つくねのあんかけ 青菜のしらす和え 大根のみそ汁 りんご	ポップコーン お茶
2	金	せんべい お茶		米飯 タンドリーチキン ごぼうのサラダ 五色スープ オレンジ	プリンケーキ 牛乳
3	土			入園式	
5	月	ビスケット 牛乳		ハヤシライス もやしのごま酢和え チーズ	いちごパバロア カルシウムウエハース
6	火	スティック人參 お茶		スパゲティミートソース マゼアンサラダ バナナ	自家製みかんヨーグルト
7	水	せんべい お茶		米飯 はんぺんフライ いんげんのおかかあえ 肉じゃが オレンジ	チーズクッキー 牛乳
8	木	乳酸菌飲料		カレーピラフ コーンフレークチキン 枝豆 ポトフ ミニブッチャプリン	フルーツポンチ
9	金	ビスケット お茶		天丼 納豆サラダ 切り干し大根のみそ汁 ミニゼリー	栄養蒸しパン 牛乳
10	土			土曜給食	
12	月	せんべい 牛乳		米飯 みそハンバーグ ポテトサラダ 春雨スープ りんご	カップケーキ お茶
13	火	ビスケット お茶		五目寿司 ちくわの磯辺揚げ 大根のゆかり和え そうめん汁 オレンジ	お菓子屋さん
14	水	ふかしいも お茶		米飯 油淋鶏 もやしサラダ しめじの野菜スープ バナナ	パン お茶
15	木	せんべい お茶		米飯 厚揚げのツナマヨチーズ焼き カリカリサラダ オニオンスープ いちご	ツナと枝豆のお手軽パン 牛乳
16	金	乳酸菌飲料		米飯 揚げ魚のケチャップ煮 コロコロサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	ウインナースコーン 自家製飲むヨーグルト
17	土			土曜給食	
19	月	ビスケット 牛乳		米飯 カラフルミートローフ スパゲティサラダ しいたけと白菜のスープ りんご	4月おたんじょうびケーキ 菓子
20	火	せんべい お茶		ひじきご飯 とり天 ちくわとキャベツの和え物 のっぺ汁 バナナ <ご当地おすすめメニュー 大分県>	麩のラスク 牛乳
21	水	乳酸菌飲料		米飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き さといもと豚肉の炒め煮 きゃべつのみそ汁 パイン缶	自家製マシュマロヨーグルト カルシウムウエハース
22	木	ミレーフライ		園外保育	
23	金	バナナ お茶		けんちんうどん ブロッコリーのごまみそ和え オレンジ	じゃがいもとしらすのおやき 牛乳
24	土			土曜給食	
26	月	乳酸菌飲料		米飯 鉄ふりかけ ツナとニラの卵焼き 干草和え わかめのみそ汁 甘夏みかん缶	カナッペ お茶
27	火	ビスケット お茶		ウインナーロールサンド いちごジャムサンド 大豆とひじきのサラダ ブロッコリー 大根のスープ オレンジ	ドロップクッキー ココア
28	水	せんべい お茶		アンパンマンランチ	
30	金	スティック人參 お茶		おたのしみ弁当	

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	566	20.3	16.4	226	2.2	176	0.3	0.39	40	4.1	2.1
目標量	575	23	16	260	2.5	212	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	98	88	103	87	88	83	97	108	182	114	131
3才未満児	482	16.3	13.1	209	1.9	165	0.25	0.36	38	3.5	1.7
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	188	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	104	88	102	99	83	88	100	129	190	106	113

*都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。



土っ子・水っ子・太陽っ子

昨年度に引き続き、今年もいろいろな野菜の栽培を計画しています。収穫した野菜は、様々な形で、感謝の気持ちを込めていただきます。

おたのしみ弁当 30日(金)



給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に自分で詰めます。毎月お楽しみ弁当の日があります。ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行ってお楽しみがあります。