



# こんだてひょう

※ 12日はうどんの日なので、ご飯はいりません。

※ 19日は、カレーの日です。箸の他にスプーンも持って来てください。



【目標】ごはんを たべるまえには かならず てをあらいましょう

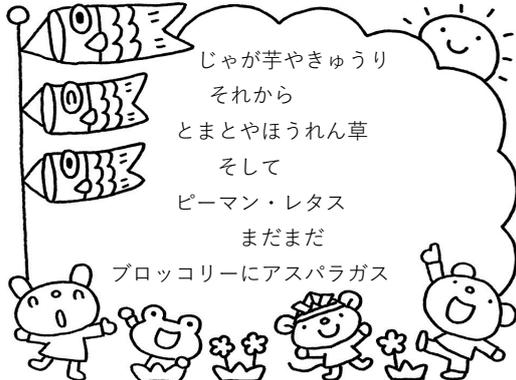
ひのきないこども園

月	火	水	木	金	土
1 ☆親子煮 ☆高野豆腐の揚げ煮 ☆ほうれん草と もやし中華風和え ☆果物 ☆豆腐の味噌汁 ☆牛乳 ☆コーヒーパン	2 ☆白身魚のフライ ☆スパゲティサラダ ☆肉じゃが ☆果物 ☆若布卵スープ ☆デコボン	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 ☆いかりんぐフライ ☆小松菜とツナの卵炒め ☆キャベツの即席漬け ☆果物 ☆大根の味噌汁 ☆ゼリー
8 ☆鱈の味噌マヨ焼き ☆炒り煮 ☆小松菜の和え物 ☆果物 ☆白菜とベーコンの ホワイトスープ ☆麦茶 ☆わかめおにぎり	9 ☆メンチカツ ☆かぶと鶏挽肉の煮物 ☆ほうれん草の なめ茸和え ☆果物 ☆春雨スープ ☆牛乳 ☆卵サンド	10 ☆サーモンの照り焼き ☆さつま芋の天ぷら ☆ブロッコリーと 卵のサラダ ☆豆腐の味噌汁 ☆ヨーグルト	11 ☆鶏の照り煮 ☆野菜サラダ ☆スパゲティナポリタン ☆果物 ☆もずくスープ ☆牛乳 ☆薄皮クリームパン	12 ☆かしわうどん ☆カニカマ天ぷら ☆人参と薩摩揚げの金平 ☆胡瓜の酢の物 ☆果物 ☆フルーツゼリー	13 ☆鰯の西京焼き ☆野菜炒め ☆大根と豚肉の煮物 ☆果物 ☆野菜スープ ☆りんごジュース ☆抹茶ワッフル
15 ☆ハムカツフライ ☆ひじきの炒め煮 ☆レタスの ドレッシングかけ ☆果物 ☆人参のポタージュ ☆麦茶 ☆焼きそば	16 ☆マカロニグラタン ☆ブロッコリーの ボン酢和え ☆焼きビーフン ☆果物 ☆豆腐の味噌汁 ☆牛乳 ☆フライドポテト	17 ☆ささみの ウイナー巻きフライ ☆もやしのナムル ☆南瓜サラダ ☆果物 ☆すまし汁 ☆牛乳 ☆フレンチトースト	18 ☆赤魚の揚げ煮 ☆じゃが芋のコンソメ煮 ☆小松菜の甘酢和え ☆果物 ☆なめこと卵の 中華スープ ☆りんご	19 ☆カレー ☆焼き餃子 ☆春雨サラダ ☆ほうれん草の胡麻和え ☆果物 ☆フルーチェ	20 ☆鯖の味噌煮 ☆じゃが芋の カレー炒め ☆ボイルブロッコリー ☆果物 ☆小松菜の味噌汁 ☆ヨーグルト
22 ☆鯖の竜田揚げ ☆切り干し大根の煮付 ☆ポテトサラダ ☆果物 ☆きのこ若布の味噌汁 ☆麦茶 ☆大学芋	23 ☆煮込みハンバーグ ☆コールスロー ☆人参のグラッセ ☆果物 ☆えびボールと 野菜のスープ ☆牛乳 ☆ホットケーキ	24 ☆からすがれいの煮付 ☆マカロニサラダ ☆キャベツの塩昆布漬 ☆果物 ☆麻婆豆腐汁 ☆バナナ	25 ☆魚肉ソーセージフライ ☆ミートスパゲティ ☆小松菜の ピーナッツ和え ☆果物 ☆大根と芋の味噌汁 ☆麦茶 ☆おいなりさん	26 ☆コロケ ☆人参と白子の卵とじ ☆胡瓜とかぶの華風漬 ☆果物 ☆ホワイトシチュー ☆牛乳 ☆カステラ	27 ☆鶏肉の甘酢煮 ☆野菜の炒め物 ☆ゆで卵とハムの サラダ ☆果物 ☆白菜と油揚げの味噌汁 ☆プリン
29 ☆豚肉のポテト巻フライ ☆人参と コーンのグラッセ ☆ほうれん草のソティ ☆果物 ☆野菜スープ ☆牛乳 ☆メロンパン	30 ☆鮭の麹漬け焼き ☆中華サラダ ☆カリフラワーと ブロッコリーの味噌マヨ ☆果物 ☆若布と芋の味噌汁 ☆フルーツヨーグルト	31 ☆鶏の唐揚げ ☆金平ごぼう ☆かみかみサラダ ☆果物 ☆ラーメンスープ ☆牛乳 ☆パンせんべい	<p>まだ、少し肌寒い日が続きそうですが、チューリップや水仙の花はきれいに咲き、春 まさかりの自然を感じさせてくれます。今年度よりこどもたちの給食を作らせてもらうことになりました、栄養士の川村と言います。宜しくお願いします。</p> <p>《おねがい》</p> <p>※ お子さんが外に出て遊んだ後は、きれいに手を洗い、うがいをするように教えてあげてください。</p> <p>※ 園で使ったおしぼりは、毎日洗って乾燥し、一週間に一度は、漂白殺菌をしてくださるようお願い致します。</p>		

※今年度より以上児と未満児の献立表が一緒になりました。未満児は、これまでと変わりなく、午前のおやつ、給食にご飯がつきます。

※以上児には、毎日、牛乳がつきます。

※食材調達の都合上、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。



野菜をみんなで一緒に

育ててみましょう。

いろんな野菜の仲間がいるよ。



じゃが芋パンの作り方 (12個分)

材料：蒸したじゃが芋 200g

①米粉30g 片栗粉10g 塩1g 水

オリーブ油 ピザ用チーズ

作り方：①皮をむいて、ボールに入れ、つぶす。

②①を入れ良く混ぜて、水、オリーブ油を加えて更によく混ぜ、チーズの順に混ぜる。

③12個に団子のように丸める。

④クッキングシートを敷いた鉄板に並べ

180度のオーブンに入れ、20分焼いて出来上がりです。



