

4月の行事予定・献立表

日曜	4月予定	献立名	おやつ	材料名		
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 金	希望保育	てづくりおべんとう	かし			
2 土			かし			
4 月	希望保育	てづくりおべんとう	かし			
5 火	入所式	にくじやが、みそしる、バナナ	ぎゅうにゅう かし	牛乳、和牛、木綿豆腐、かつお節	米、じゃがいも、しらたき、砂糖、油	玉葱、バナナ、葉ねぎ、いんげん 人参、カットわかめ
6 水		ビーフカレー フルーツのヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう かし	牛乳、和牛、ヨーグルト	米、じゃがいも、バーモンドカレー、油	玉葱、みかん缶、バナナ、りんご パイン缶、人参、にんにく、生姜
7 木		さけのしおやき、ポテトサラダ みそしる	ぎゅうにゅう かし	牛乳、さけ、ハム、油揚げ、かつお節	米、じゃがいも	玉葱、胡瓜、えのきたけ、葉ねぎ 人参
8 金	交通安全指導	ハンバーグ、やさいぞえ コンソメスープ	ミロミルク かし	合びき肉、スキムミルク、ベーコン	米、じゃがいも、ミロ、油	玉葱、キャベツ、人参
9 土			かし			
11 月		マカロニグラタン、オレンジ キャベツときゅうりのツナサラダ	やさいジュース かし	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶	米、小麦粉、マカロニ、バター、油 砂糖、パン粉	オレンジ、キャベツ、玉葱、胡瓜 人参、エリンギ
12 火	身体計測 栄養相談	ポークケチャップ、りんご スペゲティーサラダ	ぎゅうにゅう かし		米、豚肉(玉城産)、砂糖、バター サラダスペゲティー	りんご、玉葱、人参、胡瓜
13 水		とうふのとりみそかけ、すまじる こまつなともやしのおひたし	ぎゅうにゅう マッシュドーナツ	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、卵 なると、かつお節	米、小麦粉、じゃがいも、粉砂糖 砂糖、いりごま、バター、片栗粉	小松菜、もやし、人参、玉葱、葉ねぎ カットわかめ
14 木		とりにくのからあげ、やさいぞえ コーンスープ	ジョア かし	牛乳、鶏もも肉、ベーコン	米、片栗粉、油、バター	ジョア、トマト、玉葱、クリームコーン缶 キャベツ、人参、生姜
15 金		スペゲティーナポリタン コールスローサラダ、バナナ	ぎゅうにゅう パン	牛乳、ウインナー、ハム、粉チーズ	ミニクロワッサン、スペゲティー、砂糖 オリーブ油	バナナ、玉葱、人参、ピーマン、胡瓜 キャベツ、トマトピューレ
16 土			かし			
18 月		ミートボール、やさいぞえ かぼちゃスープ	ぎゅうにゅう かし	牛乳、合びき肉	米、じゃがいも、バター、小麦粉、油 砂糖	玉葱、南瓜、人参、キャベツ
19 火	きずなメールテスト配信	さばのみそに、すまじる ほうれんそうのコーンあえ	てづくりプリン	牛乳、さば、かまぼこ、かつお節 ホイップクリーム	米、プリンの素、砂糖、手まり麩	ほうれん草、人参、コーン缶、生姜 カットわかめ
20 水		たけのこごはん、すまじる きゅうりのこんぶあえ、いちご	ぎゅうにゅう かし	牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、油揚げ かつお節	米	苺、胡瓜、人参、えのきたけ、葉葱 筍、さやえんどう、干し椎茸、塩昆布
21 木	歓迎会	クリームシチュー、オレンジ コロコロサラダ	ようじぎゅうにゅう ふのラスク	幼児牛乳、鶏もも肉、大豆	米、じゃがいも、バター、焼ふ、バター グラニュー糖	オレンジ、玉葱、人参、胡瓜、コーン缶
22 金	避難訓練	てづくりコロッケ、やさいぞえ ミニストローネ	ジョア かし	合びき肉、ウインナー、卵	米、じゃがいも、パン粉、小麦粉、油	ジョア、人参、玉葱、胡瓜、キャベツ ホールトマト缶詰
23 土			かし			
25 月		ぶりのにつけ、ごまづあえ すまじる	ミロミルク かし	鯛、スキムミルク、油揚げ、かつお節	米、砂糖、ミロ、すりごま、花麩	玉葱、胡瓜、人参、カットわかめ もやし
26 火		チキンのてりやき、だいこんパリ パリサラダ、たまごとトマトのスープ	ぎゅうにゅうかん	牛乳、鶏もも肉、卵、ベーコン	米、砂糖、ポテトチップス	大根、トマト、みかん缶、玉葱 かんてんクック
27 水		マー婆ーどうふ、オレンジ はるさめのすのもの	ようじぎゅうにゅう だいすこざかなのごまがらめ	幼児牛乳、木綿豆腐、大豆、かえり 合びき肉、焼き豚	米、砂糖、春雨、片栗粉、油、ごま油 いりごま、	オレンジ、玉葱、胡瓜、人参、筍 葉ねぎ、干し椎茸、にんにく、生姜
28 木		ぶたにくのしょうがやき、みそしる わかめサラダ	ぎゅうにゅう トマトのむしパン	牛乳、豚肉(玉城産)、調整豆乳 油揚げ、かまぼこ、いわし	米、小麦粉、砂糖、油、ごま	玉葱、人参、白菜、胡瓜、えのきたけ トマトピューレ、葉葱、生姜、カットわかめ
30 土			かし			



新しい環境になり、体調を崩しやすくなっています。生活リズムを整えて元気に過ごせるようにしましょう。朝は忙しいですが、余裕を持って登所できるようにしたいものです。「早寝早起き」「朝ごはん」「排便」の3つを少しずつ、やってみましょう。

