



卒園おめでとう
小学校でもがんばってね



楽しく食べて、いきいきと生きよう

暖かな日差しや草木の芽吹きに少しずつ春の気配を感じる頃となりました。この1年間、子どもたちは心もからだもたくましく成長されたことでしょう。

園では、毎日の給食や食育活動をとおして、苦手な野菜に挑戦したり、よく噛んで食べようとがんばったり、命の大切さを学んだり、自分で作った野菜や料理のおいしさに感動したりと、「楽しく食べて、いきいきと生きる力」を育てられました。

日曜日	曜日	献立名	3時のおやつ	黄の仲間 (熱や力になるもの)	赤の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)	献立名	黄の仲間 (熱や力になるもの)	赤の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)
1	火	チーズと青菜のオムレツ ひじきの和風サラダ みそ汁 ★ご飯	牛乳 大学芋	油 さとう ごま さつまいも	卵 チーズ 鶏肉 ひじき 油揚げ 牛乳	チンゲンツァイ 人参 きゅうり はくさい ねぎ	ビーフンチュー コールスロー ★ご飯	じゃがいも 油 小麦粉 バター コーンフレーク レーズン	牛肉 スkimミルク ハム ヨーグルト 牛乳	玉葱 人参 にんにく ブロッコリー キャベツ きゅうり ネーブル パナ ナ
2	水	えんそく	牛乳 コーンパンケーキ	小麦粉 コーン	牛乳		うま煮 小松菜のサラダ みそ汁 ★ご飯	さといも さとう コーン缶 油 白玉粉	鶏肉 生揚げ ツナ缶 油揚げ 豆腐 あずき	れんこん 人参 だいこん こまつな きゅうり キャベツ はくさい 葉ねぎ ネーブル
3	木	チャーハン風ちらしずし 鶏肉の照り焼き 磯和え すまし汁 果物	牛乳 桜餅	ごはん さとう ごま 油 白玉粉 小麦粉	むきえび 卵 鶏肉 焼きのり あさり 牛乳 あずき	ごぼう 椎茸 人参 みずな しょうが ほうれんそう もやし ねぎ いちご	コーンオムレツ みそ汁 おかか和え ★ご飯	コーン缶 油 焼きふ 食パン	卵 スkimミルク 鶏肉 かつお節 牛乳 チー ズ	玉葱 ブロッコリー 人参 こまつな ぼんかん
4	金	魚のマヨネーズ焼 温野菜サラダ コーンスープ ★ご飯	牛乳 あべ川マカロニ	油 コーン缶 マカロニ さとう	さわら ベーコン 牛乳 きな粉	玉葱 椎茸 パセリ 人参 カリフラワー ブロッコリー	豆腐の中華煮 ナムル わかめスープ ★ご飯	油 さとう 小麦粉 レーズン	豆腐 豚肉 わかめ 牛乳	玉葱 椎茸 人参 なら もやし ほうれんそう チンゲンツァイ りんご
5	土	けんちんうどん 厚揚げ小松菜の炒め煮 果物 ★ご飯	牛乳 ジャムサンド	うどん さといも 油 さとう 食パン ジャ ム	鶏肉 生揚げ 牛乳	だいこん 人参 椎茸 チンゲンツァイ こまつな ネーブル	鯖のカレームニエル ごま和え みそ汁 ★ご飯	米 さとう 油 小麦粉 バター ごま モチコメ	しらす 卵 さば あさり あずき	ごぼう 人参 椎茸 さいやいんげん チンゲン ツァイ もやし 葉ねぎ いちご
7	月	じゃがいもそぼろ煮 ごまマヨネーズ和え 味噌汁 果物 ★ご飯	牛乳 ヨーグルト蒸しパ ン	じゃがいも 油 ごま 焼きふ 小麦粉 さとう レーズン	鶏ひき肉 竹輪 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 さやいんげん キャベツ きゅうり こまつな ぼんかん	野菜ラーメン 煮びたし ★ご飯	中華めん 油 クラッ カー	豚肉 牛乳 油揚げ チーズ	人参 キャベツ もやし 玉葱 チンゲンツァイ ぼんかん
8	火	鯖のカレームニエル 白和え かき玉汁 ★ご飯	牛乳 ポップコーン	小麦粉 油 バター しらたき ごま さとう ジャム	さば 豆腐 卵 かまぼこ 牛乳 豆乳	ほうれんそう 人参 しめじ しゆんぎく	雑菜 みそ汁 ★ご飯	油 はるさめ さとう じゃがいも 小麦粉 はちみ つ	豚肉 卵 油揚げ わかめ 牛乳 きな粉 スkimミルク	もやし ほうれんそう 人参 椎茸 玉葱 ぼんかん
9	水	麻婆豆腐 ツナとわかめの酢の物 果物 ★ご飯	牛乳 フルーツサンド	さとう 油 でんぶん ごま 小麦粉	豆腐 豚ひき肉 わかめ ツナ缶 牛乳 しらす 卵 スkimミルク	玉葱 椎茸 なら 人参 しょうが きゅうり りんご キャベツ	鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーのごま和え スープ ★ご飯	じゃがいも さとう 油 ごま 白玉粉	鶏肉 豆腐 牛乳	玉葱 人参 グリーンピース ブロッコリー チンゲンツァイ えのき
10	木	チキンカレー ポパイサラダ 果物	牛乳 じゃこおやき	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも バター はちみつ コーン缶 食パン さとう	鶏肉 卵 牛肉 牛乳 生クリーム	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく ほうれんそう キャベツ ぼんかん もも パナナ	魚ムニエル ひじき酢の物 吉野汁 ★ご飯	小麦粉 バター 油 コーン ごま さとう でんぶん レーズン	さけ ひじき ハム 牛乳 ヨーグルト	きゅうり 人参 はくさい 椎茸 葉ねぎ
11	金	鶏肉の甘煮 小松菜のサラダ みそ汁 ★ご飯	牛乳 小倉白玉	油 さとう コーン缶 じゃがいも 白玉粉	鶏レバー 鶏肉 ツナ缶 油揚げ 豆腐 小豆缶	玉葱 こまつな きゅうり キャベツ 人参	マカロニグラタン ごまマヨネーズ和え コーンスープ ★ご飯	パン マカロニ じゃがいも 油 小麦粉 バター パン 粉 ごま コーン缶 ジャム	鶏肉 牛乳 チーズ 竹輪 ベーコン 卵	玉葱 椎茸 ほうれんそ う キャベツ 人参 パセリ ネーブル
12	土	野菜ラーメン 菜焼 果物 ★ご飯	牛乳 ふかしいも	中華めん 油 さつまい も	豚肉 牛乳 さつま揚げ	人参 キャベツ もやし 玉葱 チンゲンツァイ り んご	厚揚げとキャベツ味噌いため 拌三条 ★ご飯	油 さとう 春雨 じゃがいも でんぶん	生揚げ 豚肉 ハム 卵 牛乳 ベーコン しらす	人参 玉葱 キャベツ きゅうり りんご
14	月	鶏肉のクリーム煮 コールスロー 果物 ★食パン	お茶 ご飯お焼き	小麦粉 油 じゃがい も コーン缶 マカロニ バター 米	鶏肉 スkimミルク ハム かつお節 卵	玉葱 人参 ブロッコリー パセリ キャベツ きゅうり ネーブル ねぎ	スパゲティナポリタン かき玉汁 ★ご飯	スパゲッティ コーン缶 油 でんぶん まるぼーろ	牛肉 ハム チーズ 卵	玉葱 グリンピース チンゲンツァイ りんご パナナ
15	火	コーンオムレツ じゃこあえ みそ汁 ★ご飯	牛乳 あべ川団子	コーン缶 油 白玉粉 さとう	卵 スkimミルク しらす 油揚げ わかめ 牛乳 豆腐 きな粉	玉葱 しめじ チンゲンツァイ もやし 人参 だいこん	冬野菜のカレー 大根サラダ ★ご飯	じゃがいも 小麦粉 バ ター はちみつ 油 ポップコーン さとう	牛乳 牛肉 むきえび	玉葱 人参 しめじ にんにく りんご ブロッコリー カリフラワー だいこん きゅうり
16	水	肉じゃが ツナ和え 豆乳スープ 果物 ★ご飯	牛乳 蒸しパン	じゃがいも しらたき 油 小麦粉 さとう 甘納豆	牛肉 ツナ缶 ベーコン 豆乳 牛乳	玉葱 人参 さやいんげん ほうれんそう もやし キャベツ しめじ ぼんか ん	魚の磯辺揚げ 八宝菜 ★ご飯	小麦粉 さとう 油 でんぶん コーン缶 バター はちみつ	ししゃも あおのり 豚肉 いか むきえび 牛乳 卵	はくさい もやし 玉葱 椎茸 人参 にんにく チンゲンツァイ ネーブル
17	木	ぎせい豆腐 みそ汁 わかめの酢の物 ★ご飯	牛乳 さつま芋とりんごの重 ね煮	さとう ごま さつまいも バター レーズン	豆腐 鶏ひき肉 ひじき 卵 わかめ かつお節 油揚げ 牛乳	玉葱 人参 椎茸 グリーンピース きゅうり こまつな りんご	柳川煮 ツナとわかめの酢の物 ★ご飯	こんにやく 油 さとう ごま パン バター	豚肉 卵 わかめ ツナ缶 牛乳	ごぼう 人参 椎茸 玉葱 さやいんげん きゅうり りんご
18	金	雑菜 のっぺい汁 果物 ★ご飯	牛乳 バナナケーキ	油 はるさめ さとう さといも でんぶん 小麦粉 バター	豚肉 卵 鶏肉 牛乳 スkimミルク	キャベツ もやし 人参 椎茸 だいこん ねぎ りんご パナナ	タンドリーチキン 春雨スープ 磯和え ★ご飯	米 コーン缶 油 ごま 春雨 カステラ さとう	ベーコン チーズ 鶏肉 ヨーグルト 焼きのり 牛乳 生クリーム	人参 パセリ ほうれん そう 玉葱 もやし キャベツ 椎茸 ネーブル いちご
19	土	鯖みそ煮 ごま和え 村雲汁 果物 ★ご飯	牛乳 クラッカー チーズ	さとう ごま でんぶん 小麦粉 コーン缶 油 バター はちみつ	さば こんぶ 豆腐 卵 わかめ 牛乳	だいこん チンゲンツァイ 人参 もやし えのき ねぎ ぼんかん	豆腐と挽肉のみそ煮 ひじきの和風サラダ すまし汁 ★ご飯	油 さとう でんぶん ごま そうめん マカロニ	豆腐 豚ひき肉 鶏肉 ひじき とうろ昆布 牛乳 きな粉	人参 玉葱 葉ねぎ きゅうり ねぎ
22	火	シーフードカレー 人参と胡瓜のごま酢あえ 果物 ★ご飯	牛乳 きなこマフィン	じゃがいも 油 小麦粉 バター はちみつ ごま さとう モチコメ 米	むきえび いか あさり缶 牛乳 きな粉 あずき	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく きゅうり ネーブル	じゃがいもそぼろ煮 白和え スープ ★ご飯	じゃがいも 油 さとう しらたき ごま パン	鶏ひき肉 竹輪 豆腐 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 人参 さやいんげん ほうれんそう チンゲンツァイ えのき ビーマン
23	水	鶏肉のオレンジ焼き ごま和え スープ 果物 ★ご飯	牛乳 ぶどうパン	マーマレード ごま 小麦粉 さとう はちみつ 油	鶏肉モ わかめ 牛乳 きな粉 スkimミルク 卵	にんにく しょうが 人参 チンゲンツァイ えのき もやし りんご	チャンポン 煮豆 ★ご飯	中華めん 油 さとう メロンパン	豚肉 いか 竹輪 うずら豆 牛乳	キャベツ 玉葱 もやし 人参 きくらげ りんご
24	木	かしわごはん ナムル 魚のオーロラソース スープ 果物	牛乳 クリームケーキ	米 小麦粉 油 さとう カステラ	鶏肉 油揚げ さけ 卵 生クリーム	人参 ごぼう もやし グリーンピース ほうれんそう えのき チンゲンツァイ りんご もも	チーズと青菜のオムレツ きんぴらごぼう みそ汁 ★ご飯	油 しらたき ごま さとう じゃがいも 白玉粉 でんぶん	卵 チーズ 豚肉 油揚げ 牛乳	チンゲンツァイ 人参 ごぼう こまつな 玉葱
25	金	竹輪の磯辺揚げ きんぴらごぼう みそ汁 ★ご飯	牛乳 ハニートースト	小麦粉 でんぶん 油 しらたき ごま さとう 焼きふ 食パン バター はちみつ	竹輪 あおのり 豚肉 牛乳	ごぼう 人参 こまつな はくさい ねぎ	魚のみぞれ煮 菜の花和え スープ ★ご飯	でんぶん 油 さとう 小麦粉 しゅうまいの皮	さば 卵 ベーコン 牛乳 ヨーグルト	だいこん ほうれんそう レタス トマト はっさく ジャム レモン汁
26	土	スパゲティミートソース 卵スープ 果物 ★ロールパン	フルーツコーンフ レーク	スパゲッティ 油 小麦粉 でんぶん コーンフレーク レーズン	牛ひき肉 豚ひき肉 チーズ 卵 牛乳	人参 玉葱 グリンピース チンゲンツァイ しめじ はっさく パナナ	ハヤシシチュー マカロニサラダ ★ご飯	じゃがいも 油 小麦粉 バター マカロニ クラッカー ジャム	牛肉 ハム スkimミルク 牛乳	にんにく 玉葱 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり はっさく
28	月	シーチキンオムレツ ひじきいため煮 スープ 果物 ★ご飯	牛乳 ヨーグルト和え	バター 油 さとう	卵 スkimミルク ツナ缶 ひじき 油揚げ 豆腐 牛乳 ヨーグルト	玉葱 グリンピース 人参 さやいんげん こまつな えのき りんご パナナ もも キウイ	焼きそば 卵スープ ★ご飯	中華めん 油 でんぶん さつまいも	豚肉 さつま揚げ かつお節 あおのり 卵 わかめ こんぶ 牛乳	キャベツ もやし 人参 玉葱 チンゲンツァイ りんご
29	火	金時豆のチリコンカン マカロニサラダ 果物 ★食パン	牛乳 栄養チヂミ	油 マカロニ じゃがい も でんぶん さとう	いんげんまめ 豚肉 ベーコン ハム 牛乳 卵 しらす干し	玉葱 人参 しめじ トマト缶 キャベツ きゅうり はっさく	ぎせい豆腐 しらす和え みそ汁 ★ご飯	さとう 小麦粉 レーズン	豆腐 鶏ひき肉 ひじき 卵 しらす 油揚げ わかめ 牛乳 スkimミルク	玉葱 人参 椎茸 グリーンピース チンゲンツァイ もやし キャベツ ネーブ ル
30	水	すきやき ハリハリなます 果物 ★ご飯	牛乳 メロンパン	しらたき 油 さとう さつまいも レーズン	牛肉 豆腐 ひじき 油揚げ 牛乳	はくさい ねぎ 人参 しゆんぎく 椎茸 きゅうり 切干しだいこん いちご	鰯のごま油焼 甘酢和え かきたま汁 ★ご飯	でんぶん 油 さとう さつまいも バター レーズン	あじ 卵 かつお節 牛乳	キャベツ みかん缶 きゅうり ほうれんそう はっさく
31	木	きつねうどん 煮豆 果物 ★ご飯	牛乳 かりんとう	うどん さとう メロンパン	油揚げ 牛肉 わかめ うずら豆 牛乳	人参 ねぎ ほうれんそう ネーブル	鶏肉のクリーム煮 コールスロー ★ご飯	小麦粉 油 じゃがい も コーン缶 マカロニ バター 米	鶏肉 スkimミルク ハム かつお節 卵	玉葱 人参 ブロッコ リー パセリ キャベツ きゅうり ネーブル ねぎ