

ごちそうだより

2023.4.1
ひらた西保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます

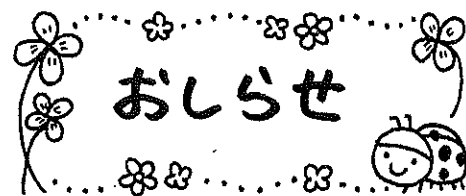
春の暖かな日差しの中、新年度がスタートしました。
新しい環境になりますので、早く園の生活に慣れてもらえるよう、
おいしい給食を作り、楽しく食事の時間を過ごしてもらいたいと
思います。今年度も、子どもたちの給食を作らせていただきます

多々和 順子・矢野 典子・宮内 智絵 です。

子どもたちが毎日楽しみにしてくれるような給食やおやつを作りたいと
思いますので、どうぞよろしくお願いします。

生活リズムを整えて毎日元気に過ごせるよう早寝早起きし、しっかり
朝ごはんを食べて登園しましょう。

食事について何かあれば、気軽に声をかけてくださいね。



- 月に一度、(7.8月は食中毒予防の為なし)
おべんとうの日があります。
子どもたちが楽しみにしているおべん
とうをお願いします。
子どもに合った量でフルーツは少量に
しましょう。
今月のおべんとうの日は**14日(金)**です。
よろしくお願いします。

- 土曜日・日曜日・祝日を利用される方はお弁当をお願いします。
(お茶とおやつは保育園で用意します。
(3・4・5歳児さんは水筒にお茶を入れて持ってきてください。))

ひらた西保育園の給食は、季節の旬の食材をできるだけたくさん使い、
薄味にしています。また、よく噛んで食べてもらう為に、噛みごたえのある
食材を取り入れています。だしは、いりこやかたお節、昆布などの天然の
だしからとっています。おやつは未満児(0~2歳児)は午前中に野菜を使った
おやつなどを出しています。午後は甘さを控えた手作りおやつにしています。



							1(土)
昼食							お弁当
おやつ							お菓子
	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
昼食		ごはん マーボー豆腐 あらめ煮 ごぼうサラダ	ごはん 肉じゃが ひじきのナムル きのこ汁	ごはん 肉団子の甘辛煮 春雨サラダ 五目煮豆 みそ汁	コッペパン 豚肉のロール焼き 大葉のじゃが芋 ブロッコリーの味噌汁 野菜スープ	ごはん サバのごま焼き かぼちゃサラダ 豚汁	お弁当
おやつ		じゃこトースト	お好み焼き	さつま芋クッキー	わかめおにぎり	フライドポテト	ヨーグルト
	9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
昼食		ごはん 厚揚げの中華炒め かぼちゃの煮しめ キャベツのみそ汁	きつねうどん さつま芋の煮しめ ブロッコリーの おかか和え	ごはん 魚のフライ ポテトサラダ なめこ汁	ごはん 豆腐ステーキ ゆかり和え 七草煮 わかめと野菜の味噌汁	おべんとうの日 	お弁当
おやつ		ココア蒸しパン	じゃこおにぎり	きな粉トースト	みたらし団子	ピザ	くだもの
	16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
昼食		ごはん 手羽元の照り焼き 納豆和え さつま芋のみそ汁	ごはん ハンバーグ 粉ふき芋 じゃこサラダ ゆ豆腐のすまし汁	ごはん ふきとごぼうと 豚肉の炒め煮 大葉のかぼちゃ 貝だくさんみそ汁	誕生会 	ごはん 魚のピザ焼き 筑前煮 もやしのみそ汁	お弁当
おやつ		魚おにぎり	ポップコーン	フルーツポンチ		焼きそば	ヨーグルト
	23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
昼食		ごはん 肉豆腐 もやしサラダ すまし汁	筍ごはん 魚の照り焼き 五目きんぴら 塩、ペ和え じゃが芋のみそ汁	ごはん アスパラの肉巻き 糸肉豆サラダ はんぺん汁	ごはん ごまのつくね焼き きゅうりとじゃこの 酢の物 大豆のレーズン煮 豆腐と野菜のみそ汁	カレーライス 和風サラダ 大葉芋	昭和の日
おやつ		ジャムトースト	牛乳もち	アップルマフィン	ゆかりおにぎり	コーンフレクワッキー	お菓子
	30(日)						
昼食							
おやつ							

※献立は都合により変更する場合があります。
※フルーツがつきます。

※3・4・5歳児さんは毎日水筒にお茶を入れて
持ってきてください。