

「今月」給食予定献立表



第1・第2ドリーム保育園
田上 愛香
市来 奈緒

日	月	火	水	木	金	土
	<p>今日の給食のお知らせ (木): 入園・進級お祝い給食...お弁当を炊きます (土): 誕生日お祝い給食 22(木): 愛情弁当の日 ...新年度 初の2時給</p> <p>4月30日のおともじょう おにぎり おめし ごごいませう</p> <p>献立は変更することがあります。</p>			<p>1. 入園・進級お祝い給食 赤飯 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ とうふとりのたまご汁 いちご</p>	<p>2. 玄米ごはん さばの塩焼き きゅうり漬け きんぴらごぼう なめこのみそ汁</p>	<p>3. 麦ごはん 野菜(にんじん)の麻婆豆腐 ごまマヨネーズ チキン野菜スープ</p>
				チーズケーキ 低脂肪乳	きんぴらトースト スキムミルク	ゆかりとコンおにぎり 低脂肪乳
4.	5. イマミナス おむすび りんごのヨーグルト	6. 麦ごはん 魚のみそ焼き にんじんステーキ 春雨とキャベツの酢物 とろろ昆布のたまご汁	7. 玄米ごはん 豚肉と野菜のしょうが焼き 野菜のマリネ じゃがいものみそ汁	8. 黒米ごはん きんぴらごぼうの塩焼き ひじきの旨煮 とうふのみそ汁	9. 五目おこわ 赤魚の煮付け わかめとしらす酢物 小松菜のみそ汁	10. ごはん ソース焼きそば いりごの佃煮 わかめ野菜スープ
	バナナ 低脂肪乳	ほうろくポテトケーキ 低脂肪乳	黒糖たまご 低脂肪乳	魚とごぼうおにぎり 低脂肪乳	ホットドッグ 低脂肪乳	バナナ、チーズ スキムミルク
11.	12. 麦ごはん しんじょうの揚げ 天ぷら 野菜のごま和え 豚汁	13. ごはん 魚のチーズ焼き 豚汁 スパゲティサラダ キャベツのみそ汁	14. 玄米ごはん チキン南蛮 〜タピオカ〜 野菜ステーキ 里芋のみそ汁	15. 黒米ごはん さばの香草焼き レタスと新じゃがの 三杯酢がけ じゃがいものたまご汁	16. 誕生日お祝い給食 パセリピラフ ミートローフ オリーブオイルの フレッシュサラダ きのこのスープ	17. 麦ごはん 豚肉としんじょうの旨煮 ごまドレッシング 野菜とわかめのみそ汁
	ごまクッキー 低脂肪乳	じゃがいもの チーズ焼き 低脂肪乳	お麩ぜんざい	青菜のおにぎり 低脂肪乳	りんごのケーキ 低脂肪乳	きな粉(ごぼう)もち 低脂肪乳
18.	19. 麦ごはん きんぴらごぼう あけぼの和え 切り大根の旨煮 大根のバーンスープ	20. 黒米ごはん さばと野菜の味噌煮 (ごぼうとじゃがいも) サラダ かき玉汁	21. 玄米ごはん チキンカレー 大豆とチーズの マカロニサラダ りんごヨーグルト	22. <u>愛情弁当の日</u>	23. ごはん いわしの揚げ焼き 春雨サラダ 押し大豆と野菜の みそ汁	24. 麦ごはん 鉄煎煮 野菜のナムル とうふとわかめ みそ汁
	ココアパン スキムミルク	きつねおにぎり 低脂肪乳	(ま)いんせり マフィン 低脂肪乳	野菜がね 低脂肪乳	フランスパンの ガーリックトースト 低脂肪乳	いりごの かりんとう スキムミルク
25.	26. ごはん きのこ春雨野菜の スパゲティ 野菜のマリネ クリームシチュー	27. 梅とひじきの 玄米ごはん 焼きしんじょう マカロニサラダ 大根のみそ汁	28. 黒米ごはん ぶりの照焼き 春雨の酢物 さつまいも汁	29. <u>昭和の日</u>	30. 麦ごはん あじフライ かみかみサラダ なめこの野菜の みそ汁	
	ふくらみ菓子 低脂肪乳	わかめしらす おにぎり 低脂肪乳	米粉ととうふの アラビヤ スキムミルク		みたらし豆腐団子 低脂肪乳	

入園・進級おめでとうございます!!



4月のお祝いお祝い、お姉さん(お兄さん)に
子どもたちの元気な声が聞かれます。給食を毎日もりもり食べて、(ごはん)遊ば
元気な心と体をつくりたいと思います。
楽しい給食の時間を過ごしてほしいですね。

ドリームの「ごはん」メニュー



ドリーム保育園の給食のごはんは、様々な種類の
ものがあります! 麦ごはんや玄米ごはんは、白米に比べ
栄養価が高く、食物繊維も豊富です。よくかんで
食べることで、昼夜の分泌が促され、満腹中枢が
刺激され、食べ過ぎを防ぐ効果もあります。
「今日は何色ごはんかな?」などなど、毎日楽しみに
している姿があります。