

# 給食だより

2023年 4月  
あけぼのこども園

## ～楽しく食事をしよう～

新しい生活がスタートする4月が始まりました。保育園では、お友達や先生と楽しい雰囲気の中で食事をしています。食への関心が高まるように、ご家庭でも「今日は何をたべたの?」「おいしかった?」など、食べ物のお話をたくさんしてみてくださいね。



☆ひよこ・りす・うさぎ組 **完全給食**  
☆こあら・ばんだ・ぞう組 **副食給食**

↳ご飯は家庭からの持参となります

★スプーンや箸の持参は不要です。給食室で洗淨・殺菌したスプーンや箸を使用します。

## 《 食育 ～お野菜クイズ～ 》

3月の食育は、お野菜クイズをしました。野菜の断面クイズや、土の上にいる野菜・土の中にある野菜のクイズ、水に浮く野菜と沈む野菜の実験をしました。みんなよく考えながら、楽しく参加してくれました♪



野菜の断面をよく見ると種が入っているね!

土の中にある野菜はなにかな? みんなよくできました☆

土の上で育つ野菜は水に浮かんで、土の中で育つ野菜は沈むんだよ。浮くかな?沈むかな?とみんな予想しながら楽しんで見ていました☆



## 3月 ひなまつり行事食



3/3  
ひしもち  
風  
ケーキ



3/16  
ひなまつり  
ごはん

		4月の献立	午前おやつ	午後おやつ
1	土	ポークカレー チキンナゲット コールスロー フルーツ	お菓子	お菓子
2	日	休日		
3	月	焼き鮭 きんぴらごぼう ポテトサラダ フルーツ	お菓子	お菓子
4	火	豆腐ハンバーグ もやしたらこ炒め フロッキーおかか和え	フルーチェ	蒸しパン
5	水	いもっこ汁 エビしゅうまい スパゲティサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
6	木	コーンシチュー エビフライ キャベツサラダ フルーツ	フルーチェ	お菓子
7	金	マーボー豆腐 もやしささみ和え つけ野菜	お菓子	フルーベリー ロールパン
8	土	しょうが焼き ひじきだし巻き卵 小松菜なめたけ和え	ヨーグルト	お菓子
9	日	休日		
10	月	豚汁 ギョーザ ごぼうサラダ フルーツ	お菓子	お菓子
11	火	かじきカレー揚げ 人参の子和え ほうれん草ごま和え	お菓子	ホット ケーキ
12	水	肉団子スープ ちくわ磯辺揚げ マカロニサラダ しらすふいかけ フルーツ	フルーチェ	お菓子
13	木	鶏みど焼き ひじき煮 小松菜ツナ和え	ヨーグルト	ぶどう ゼリー
14	金	さんまみりん焼き 春雨ひき肉炒め トマトサラダ フルーツ	お菓子	さつまいも クッキー
15	土	せんべい汁 アジフライ スパゲティサラダ チーズ納豆 フルーツ	フルーチェ	お菓子
16	日	休日		
17	月	チキンカレー 白身魚フライ コールスロー フルーツ	お菓子	お菓子
18	火	ちくわ納豆 人参の子和え ほうれん草おかか和え	お菓子	カップ ケーキ
19	水	親子煮 肉しゅうまい ごぼうサラダ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
20	木	たらマヨ焼き もやし豚肉炒め フロッキーサラダ フルーツ	フルーチェ	お菓子
21	金	カツ煮 マカロニサラダ つけ野菜	お菓子	バター スティック
22	土	赤魚煮付け かぼちゃ甘煮 小松菜ささみ和え フルーツ	ヨーグルト	お菓子
23	日	休日		
24	月	おからナゲット きんぴらごぼう ほうれん草かぼちゃ和え	フルーチェ	お菓子
25	火	肉じゃが 小松菜ハム和え つけ野菜	お菓子	バナナ ケーキ
26	水	焼き魚(ホッケ) ひじきだし巻き卵 トマトサラダ フルーツ	フルーチェ	お菓子
27	木	さつまい 春巻き もやしささみ和え おかかふいかけ フルーツ	ヨーグルト	お菓子
28	金	お誕生会 わかめごはん 唐揚げ たこさんウインナー フルーツ	...	フルーツ ポンチ
29	土	祝日・昭和の日		
30	日	休日		

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。