





2016年度 ルーテル保育園
4月 献立表

ちゅうりっぷ組

曜日	月	火	水	木	金	土
日・行事					1<新年度準備会>	2<新年度準備会>
給食					ごはん 豆腐の汁 ハンバーグ マカロニサラダ 麦茶	ごはん わかめ汁 ハンバーグ マカロニサラダ 麦茶
おやつ					BFせんべい・牛乳	BFせんべい・牛乳
日・行事	4<進級・入園式 進級おめでとう給食>	5<ニコニコ給食>	6<体操教室>	7	8	9
給食	たけのこごはん 豆腐の汁 エビフライ フレンチサラダ オレンジ 麦茶	ごはん わかめ汁 じゃが芋のそぼろ煮 チンゲンサイとコーンの和えもの バナナ 麦茶	ごはん チンゲンサイの汁 つくねだんご キャベツとツナの バナナ 麦茶	豆乳ロール クリームシチュー ミソドレッシング バナナ 麦茶	ごはん 豚汁 煮魚(かじき) 三色和え バナナ 麦茶	キャベツとツナの スパゲッティ 小松菜スープ じゃが芋の甘煮 汁かん(缶) 麦茶
おやつ	手作りおやつ 豆乳ロール・牛乳	手作りおやつ りんご 豆腐ドーナツ・ジュース	手作りおやつ ミルクトースト・牛乳	手作りおやつ お好み焼き・麦茶	手作りおやつ ふかしもち・牛乳	BFせんべい・牛乳
日・行事	11	12<世界の料理給食 〜アメリカン Funクラス>	13<体操教室>	14	15	16
給食	ごはん 小松菜の汁 肉豆腐 コーンサラダ オレンジ 麦茶	食パン チキンピーズ コーンスローサラダ ヨーグルト バナナ 麦茶	ごはん キャベツの汁 ささげのマヨネーズ焼 切干大根の煮物 バナナ 麦茶	ごはん ほうれん草のスープ じゃが芋の汁 キャベツサラダ バナナ 麦茶	チキンクリームかき にんじんごはん アスパラサラダ 汁かん(缶) 麦茶	火炙そば わかめスープ じゃが芋の甘煮 バナナ 麦茶
おやつ	手作りおやつ ホットケーキ・牛乳	手作りおやつ ツナおにぎり・麦茶	バナナ BFせんべい・牛乳	手作りおやつ じゃが丸・牛乳	手作りおやつ マカロニそば・牛乳	BFせんべい・牛乳
日・行事	18<イースター礼拝>	19<ニコニコ給食>	21<体操教室>	22	22	23
給食	ミートソースうどん レモンドレッシング サラダ 米粉いも ヨーグルト 麦茶	ごはん わかめ汁 じゃが芋のそぼろ煮 チンゲンサイとコーンの和えもの バナナ 麦茶	ごはん チンゲンサイの汁 つくねだんご キャベツとツナの バナナ 麦茶	豆乳ロール クリームシチュー ミソドレッシング バナナ 麦茶	ごはん 豚汁 煮魚(かじき) 三色和え バナナ 麦茶	キャベツとツナの スパゲッティ 小松菜スープ じゃが芋の甘煮 汁かん(缶) 麦茶
おやつ	手作りおやつ 豆乳ロール・牛乳	手作りおやつ りんご 豆腐ドーナツ・ジュース	手作りおやつ ミルクトースト・牛乳	手作りおやつ お好み焼き・麦茶	手作りおやつ ふかしもち・牛乳	BFせんべい・牛乳
日・行事	25	26<Funクラス>	27<体操教室>	28<クラス懇談会 保護者総会>	29<昭和の日>	30
給食	ごはん 小松菜の汁 肉豆腐 コーンサラダ オレンジ 麦茶	チキンクリームかき にんじんごはん アスパラサラダ 汁かん(缶) 麦茶	ごはん キャベツの汁 ささげのマヨネーズ焼 切干大根の煮物 バナナ 麦茶	ごはん ほうれん草のスープ じゃが芋の汁 キャベツサラダ バナナ 麦茶		火炙そば わかめスープ じゃが芋の甘煮 バナナ 麦茶
おやつ	手作りおやつ ホットケーキ・牛乳	手作りおやつ マカロニそば・麦茶	バナナ BFせんべい・牛乳	手作りおやつ じゃが丸・牛乳		BFせんべい・牛乳
<p>(食育だより)</p> <p>新しい学期を向かえ、新しいお友だちも入園されました。お友だちのすこやかな成長・健康を考えたから、毎日喜んでもらえるようにおいしい給食を作れるように、保育者の皆様にご協力頂きながらスタッフ一同頑張っております。宜しくお願い致します。栄養士 庄子/調理師 天作・田平/調理補助 藤代</p>					<p>今月のお誕生日のお友達</p> <p>☆6おにはります☆ 5おにはります☆ 22日 れいようくん 11日 かいたろうくん 24日 ゆあちゃん ☆3おにはります☆ 27日 ゆうじくん おたんじょうびおめでとうございます</p>	



ルーテル保育園



早起きから、1日のリズムをつくりましょう!

- 朝、カーテンを開け、陽の光を浴びる
- 朝ごはんをよく噛んで食べる
- 昼間、よく運動する
- 午睡は、午後3時頃には切り上げる
- 寝る前のお約束ごと……就眠儀式・眠りの小物など
- 暗い部屋でゆっくり眠る



【食べもの文化】No.398 鈴木みゆき (芽ばえ社) 参考



- 4日 進級おめでとう お祝い給食
- 5日 ニコニコ給食
- 12日 世界の料理給食 ~アメリカ~
- 18日 イースター合同礼拝
研習組さんとイースターエッグを作ります!!
出来上がった卵は、お持ち帰りになります。
- 19日 ニコニコ給食



ルーテル保育園では「食物アレルギーをもつおともだちにも、みんなと同じ給食(内容)を食べてもらいたい。安心して過ごせる日をもと増やしたい。」という思いから、『ニコニコ給食の日』



を設けています。アレルギーの原因に多い卵と牛乳などのアレルゲンを使用しない給食を作っています。保護者の皆様のご理解・ご協力を頂きながら、子どもたちの笑顔を増やしていきたいと思っております。南立表の☺マークが目印です。よろしくお戻しい致します。

! 今月のレシピ紹介

! じゃが丸



<材料> (4人分)

- じゃがいも 小4個
- 塩 少々
- 片栗粉 大さじ1
- バター 15g.
- お好みで 火焼きのり 適量.

<作り方>

- ① じゃがいもは皮をむいてゆでる。熱いうちに塩、片栗粉、バターをまぜてつぶす。
- ② ①を4等分して小判型にする。
- ③ フライパンを熱し、②を並べて両面を色よく火焼く。お好みで、火焼きのりをくるりと巻いていそべ火焼き風に!!



保育園でも子どもたちに人気のおやつです。じゃがいもをさつまいもにしてもおいしいです♪

