

給食だより

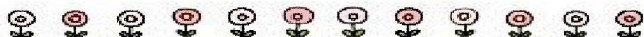
令和6年4月1日 桜町こども園



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、新年度が始まりました。
 新しい環境の変化に戸惑いもあることと思います。園での生活に
 少しずつ慣れてお腹いっぱい給食を食べてもらえるよう、たくさん
 旬の食材を使い、また行事食で子ども達が楽しい時間となるよう
 サポートしていきたいと思ひます。
 今年度もよろしくお願ひします

<給食担当>小野・姫野・井上



味覚を左右する 五原味

食べ物には、五原味と呼ばれる味があり、
 甘味・うま味・塩味・酸味・苦味として知られています。
 中でも人間が本能的に欲する味は、甘味・うま味・塩味の
 三つです。塩味は塩化ナトリウムなどのミネラルの味として
 うま味はアミノ酸などのタンパク質の味として
 として甘味は糖などのエネルギー源の味として重要で
 す(辛味は味ではなく刺激として分類されることが多いです)

春の味、旬のたけのこ

シャキシャキと独特の歯ごたえをもつたけのこは、
 春が旬の野菜です。不溶性の食物繊維を含んでいるので
 便通に効果的なうえ腸内環境も整えてくれます。
 旬の時期の掘りたてのものは、えぐみが少なく生で
 食べられます。
 時間が経つほどえぐみ成分であるホモゲンキジン酸が
 増える為、店頭で並んでいるものは米ぬかを入れてゆで
 十分に水にさらすことでえぐみが取れておいしくなります
 和え物や炒め物、煮物などにして
 旬を味わってみてください

給食を展示しています



その日の給食は
 15時以降に玄関横の
 靴箱に展示しています
 フログにも掲載して
 いますのでご覧ください。

～メニュー～

- ・魚の甘酢あんかけ
- ・南瓜サラダ
- ・フロッコリー
- ・すまし汁

- おやつ
- 黒ゴトースト
- スキムミルク

4月の予定献立表

月	火	水	木	金	土
1 入園式 	2 肉豆腐 キャベツとツナの和え物 オレンジ みそ汁	3 炒り卵のミートソースかけ 野菜の煮物 キウイ コンソメスープ	4 元気ナゲット 切干大根サラダ スナッフエンドウ すまし汁	5 魚の塩焼焼き キャベツのドレッシング和え じゃが芋のチーズ焼き みそ汁	6 ガバオライス ワカメスープ バナナ
8 ポークビーンズ チリメンとわかめの酢の物 オレンジ コンソメスープ	9 魚の竜田揚げ 春キャベツのサラダ パイ すまし汁	10 にら玉風あんかけ 野菜のナムル りんご 中華スープ	11 煮り豆腐のオランダ煮 コールスローサラダ いちご みそ汁	12 照り焼きチキン 青菜のごま和え 人参の甘煮 みそ汁	13 ロールサンド コーンスープ バナナ
ツナとコーンの総菜パン	ココアもち	バナナスコーン	ネバトロチキミ	和風スパゲティー (お茶)	おにぎり
15 洋風かきたま汁 わかめのごま風味和え バナナ	16 煮魚 アスパラとベーコンの炒め物 焼き南瓜 みそ汁	17 麻婆豆腐 ひじきの華風和え かえり 中華スープ	18 キャベツハンバーグ マカロニサラダ スナッフエンドウ みそ汁	19 豚のケチャップ炒め トマトと絹糸のレモン醤油和え いちご コンソメスープ	20 かしわめし みそ汁 バナナ
わかめチーズおにぎり (お茶)	おもひ団子	黒糖蒸しパン	焼きポテト	チョコチップクッキー	おにぎり
22 春野菜カレー ごまじゃこサラダ オレンジ	23 ひき肉と野菜の卵焼き 筍の煮物 ししゃも コンソメスープ	24 豚肉とキャベツの味噌炒め フロッコリーのソテー パイ すまし汁	25 大豆入りひじきの油炒め 青梗菜とハムの中巻サラダ キウイ みそ汁	26 ※お誕生会※ ～お楽しみに～ 	27 焼きそば ゆで卵 バナナ
やせうま	ドーナツ	たけのこおにぎり (お茶)	フルーツヨーグルト (お茶)		おにぎり
29 昭和の日 	30 かしわとコーンの炒め物 切昆布の当座煮 スナッフエンドウ みそ汁 あんまん	～旬の食材～ 春キャベツ・新玉葱・スナッフエンドウ さやいんげん・アスパラ・新じゃが・たけのこ 等			

*入荷の都合などにより献立が変更になることがあります。ご了承願ひします。

