平成29年　4月　こんだてひょう　　すてっぷセンター　給食

	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)
	19日(水)	18日(火)	21日(金)	20日(木)	25日(火)	27日(木)
献立	御飯 豚の生姜焼き 春キャベツのツナマヨサラダ(マヨドレ) かぼちゃとわかめのみそ汁 果物(オレンジ)	御飯 かれいの煮付け きゅうりとわかめの酢の物 新玉ねぎと揚げのみそ汁 果物(バナナ)	御飯 鶏の竜田揚げ かぼちゃの含め煮 とうふとわかめのみそ汁 カルシウムウエハース	御飯 鮭のムニエル ほうれん草とウインナーのソテー 新たまねぎのコンソメスープ 果物(りんご)	御飯 鶏肉の松風焼き (卵、牛乳、小麦不使用) 切り干し大根の煮物 えのきときゃべつのみそ汁 果物(オレンジ)	北海道ミルクパン　1P たらのカレームニエル ピーマンと春キャベツのじゃこ炒め かぼちゃのポタージュ たまごボーロ
材料	精白米 豚もも 新たまねぎ 料理酒 こいくちしょうゆ はちみつ しょうが にんじん 春キャベツ ツナ缶 日清　マヨドレ こいくちしょうゆ すりみそ だし えのきたけ カットわかめ かぼちゃ オレンジ	精白米 かれい かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 料理酒 三温糖 だいこん きゅうり ちりめんじゃこ カットわかめ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すりみそ だし 新たまねぎ 油揚げ かいわれ バナナ	精白米 鶏もも皮なし しょうが こいくちしょうゆ 料理酒 片栗粉 サラダ油 ブロッコリー かぼちゃ だし こいくちしょうゆ 上白糖 すりみそ だし カットわかめ 豆腐(絹ごし) しめじ バニラウエハース	精白米 アトランティックサーモン 食塩 こしょう 片栗粉 バター 春キャベツ ほうれんそう ウインナーソーセージ サラダ油 食塩 こしょう 味の素KKコンソメ 食塩 新たまねぎ にんじん コーン缶 りんご	精白米 鶏もも皮なし 新たまねぎ 片栗粉 豆腐(絹ごし) 三温糖 すりみそ いりごま ブロッコリー 切り干し大根 にんじん 竹輪 かつお・昆布だし サラダ油 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ すりみそ だし えのきたけ 春キャベツ ねぎ オレンジ	北海道ミルク×1ヶ たら 食塩 こしょう 片栗粉 カレー粉 バター ブロッコリー 春キャベツ ピーマン ちりめんじゃこ サラダ油 日本酒 こいくちしょうゆ かぼちゃ 新たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 食塩 こしょう ホイップクリーム たまごボーロ

★地元のおやさい使っています！
(普賢寺ふれあいの駅より納品)
精白米　すりみそ　春キャベツ

*献立、食材は都合により変更になることがあります。

	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)
	28日(金)		24日(月)	26日(水)
献立	御飯 麻婆豆腐 小松菜とツナのポン酢和え 新たまねぎとわかめの中華スープ 果物(りんご)	御飯 さわらの塩焼き 大豆のひじき煮 さつまいものみそ汁 果物(バナナ)	かぼちゃと鶏ひき肉のカレー 春きゃべつとウインナーのコンソメスープ 果物(オレンジ)	**御飯** **ハンバーグ(卵、パン粉、牛乳なし)** **春雨ときゅうりのサラダ(マヨドレ)** **春野菜のスープ** **プリン**
材料	精白米 ごま油 にんにく しょうが にんじん 豚ももミンチ 白ねぎ 三温糖 こいくちしょうゆ すりみそ 豆腐(絹ごし) にら 片栗粉 中華味 こまつな えのきたけ ツナ缶 味ぽん 新たまねぎ カットわかめ にんじん 中華味 こいくちしょうゆ 水 片栗粉 りんご	精白米 さわら 食塩 きゅうり ひじき 水煮だいず サラダ油 にんじん 油揚げ だし こいくちしょうゆ 本みりん 上白糖 すりみそ だし さつまいも 春キャベツ ねぎ バナナ	精白米 鶏ミンチ 新たまねぎ にんにく しょうが かぼちゃ なす 味の素KKコンソメ サラダ油 水 バーモンドカレー甘口 味の素KKコンソメ 水 食塩 春キャベツ ウインナーソーセージ にんじん パセリ オレンジ	精白米 牛ももミンチ 豚ももミンチ 新たまねぎ 豆腐(絹ごし) 片栗粉 食塩 こしょう トマトケチャップ ブロッコリー はるさめ きゅうり にんじん 日清　マヨドレ 食塩 味の素KKコンソメ 食塩 新たまねぎ 春キャベツ スナップえんどう(生) とろけるプリン 牛乳 らくらくホイップ

お楽しみ給食
「お花見」

*献立、食材は都合により変更になることがあります。

★食育の取組★ 「給食の役割」

＜良い食事習慣をつける場＞
食事のリズムをつけ、バランスよく食べることを身に付けていきます。

＜食べる練習の場＞
手づかみやスプーン、フォークを使って食べる練習の場です。こぼしてもかまいません。
肉やせんべいなどの食材を使い、カミカミ練習をするなど、こどもさんに合わせた取り組みを行います。

＜楽しい食事の経験の場＞
たくさん遊んだあと、お友達や先生、お母さんやお父さんと楽しく食べることで、心の栄養補給になります。毎月、お楽しみ給食があります。

☆　食物アレルギーのあるこどもさんは医師の指示のもと、除去、代替の対応をします

こんなときは栄養士にご相談ください！
(個別で食事相談をしています)

・離乳食の進め方今のままでいいの？
・食べやすくするにはどうしたらいいの？
・食事やミルクの量がわかりにくい！
・とろみをつけるものは何を買ったらいいの？
など、食事に関することは何でも。

〈今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)〉

エネルギー　340Kcal	タンパク質　14.4g	脂質　8.6g	カルシウム　128mg	鉄　1.7mg	ビタミンA　161μg
ビタミンB1　0.22mg	ビタミンB2　0.18mg	ビタミンC　37mg	食物繊維　3.4g	食塩相当量　2g	