



# 4月 給食だより



2023.4  
滑川市保育所給食献立作成会  
滑川市教育委員会子ども課

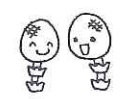
ひ	よび	3さいみまん		きゅうしょく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう		ちようしをとのえる(みどり)			
1	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ			おちゃ おかし	
2	にち										
3	げつ	ぎゅうにゅう ホームパイ	ごはん	どりにくとりやき ブロッコリー ごまきいも コンソメスープ	どりにく	じゃがいも	しょうが たまねぎ にんじん	ブロッコリー コーン にら	はくさい しいたけ	ミルク まるぼうろ	
4	か	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	かぼちゃサンドフライ ポイルキャベツのみかんあえ トマト ワンタンスープ	かぼちゃサンドフライ ぶたにく	ワンタン	キャベツ にんじん もやし	みかんかん たまねぎ	トマト ねぎ	ぎゅうにゅう マカロニあべかわ	
5	すい	ぎゅうにゅう グリケット	ごはん	おやこオムレツ ひじきに みそしる トマト	たまご ひじき うすあげ わかめ	とりひきにく ちくわ とうふ にぼし	たまねぎ いんげん トマト	にんじん ごまつな	パセリ ねぎ	ココアミルク ブリッツ	
6	もく	ぎゅうにゅう まがりせんべい	パン	コーンラーメン シューマイ きりほしあえ	ぶたにく	シューマイ	キャベツ だけのこと ほうれんそう	もやし にんじん ねぎ	コーン ねぎ	ぎゅうにゅう フルーツゼリー	
7	きん	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	さかなのたつたあげ あますあえ はるさめとだいたいのスープ	さかな	だいず	かたくりこ はるさめ	キャベツ みかんかん もやし	きゅうり たまねぎ ねぎ	にんじん しめじ	ココアミルク ハッピーターン
8	ど			にゅうえんしき							
9	にち										
10	げつ	ぎゅうにゅう チーズキッス	ごはん	アスパラクリームに おからあえ ポイルワインナー	どりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう ワインナー	じゃがいも	アスパラ コーン	にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし	ミルク ビスコ
11	か	ぎゅうにゅう はかうけ	ごはん	さばのみそに はりはりあえ みそしる トマト	さば にぼし	うすあげ		トマト きりほしだいこん たまねぎ	キャベツ にんじん しめじ	ほうれんそう はくさい ねぎ	ヨーグルトジョイ おっとと
12	すい	ぎゅうにゅう えびまんげつ	ごはん	チーズオムレツ スティックきゅうり トマト みそしる	とうふ しらす にぼし	ひじき たまご	とろろ こんにやく	キャベツ きゅうり だいこん	さやいんげん トマト しめじ	にんじん たまねぎ ねぎ	ぎゅうにゅう バナナ
13	もく	ぎゅうにゅう ちーずおかき	パン	やきそば ブロッコリー コンソメスープ	ぶたにく	とうふ	やきそばめん	キャベツ ブロッコリー たまねぎ	にんじん ブロッコリー えのきだけ	もやし ほうれんそう	ミルク こつぶっこ
14	きん	ぎゅうにゅう クラッカー	ごはん	ぶたにくのちゅうかいため ブロッコリー みそしる	ぶたにく わかめ	とうふ にぼし	かたくりこ ごまあぶら	もやし キャベツ えのきだけ	にんじん しいたけ たまねぎ	ピーマン ブロッコリー	ミルク ぎゅうにゅうかりんとう
15	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ			おちゃ おかし	
16	にち										
17	げつ	ぎゅうにゅう ゆきのやど	ごはん	あつやきたまご ブロッコリーのツナあえ いなじり	たまご とうふ	ツナ にぼし		ブロッコリー かぼちゃ	にんじん ねぎ	ごぼう	ミルク ロールカステラ
18	か	ぎゅうにゅう カルシウムせんべい	ごはん	カレーライス ぶくしんづけ フルーツサラダ	ぶたにく	ヨーグルト	じゃがいも	たまねぎ ぶくしんづけ バナナ	にんじん みかんかん パインかん	グリーンピース ももかん	ぎゅうにゅう オレンジ
19	すい	どうにゅう バナナ	ごはん	やきざかな おひたし にまめ みそしる	さかな にぼし	あつあげ		もやし きんときまめ	キャベツ だいこん	にんじん ねぎ	どうにゅう じゃがいももち
20	もく	ぎゅうにゅう てつりウエハス	ごはん	どうふハンバーグ あおなとコーンのおひたし りゅうぐうじり トマト	どうふハンバーグ かまぼこ にぼし	そうめん		コーン にんじん ねぎ	もやし トマト しいたけ	ほうれんそう たまねぎ	ミルク ホームパイ
21	きん	ぎゅうにゅう とんがりコーン	パン	ぎつねうどん はるキャベツとしらすのあえもの にくだんご	にくだんご かまぼこ かつおぶし	うすあげ だしこんぶ しらす	うどん	ねぎ もやし	たまねぎ にんじん	キャベツ	ミルク てつりタルト
22	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ				おちゃ おかし
23	にち										
24	げつ	ぎゅうにゅう ポーロ	ごはん	ちくぜんに ごまあえ スモールパイン	どりにく たまご	さつまあげ	さといも ごま	ごぼう いんげん ほうれんそう	にんじん しょうが キャベツ	れんこん パインかん	ミルク うすやきサラダ

ひ	よび	3さいみまん		きゅうしょく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう		ちようしをとのえる(みどり)			
25	か	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ごはん	だけのごはん どりにくのからあげ ポイルキャベツ トマト すましじり	うすあげ とうふ だしこんぶ	どりにく たまご かつおぶし	かたくりこ ぶ	だけのこ トマト	にんじん えのきだけ	キャベツ みつば	オレンジジュース ケーキ
26	すい	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ごはん	さかなのムニエル かふうあえ トマト みそしる	さかな にぼし	わかめ	こむぎ バター ごまあぶら じゃがいも	きゅうり しいたけ	にんじん たまねぎ	キャベツ トマト	ミルク バナナ
27	もく	ぎゅうにゅう ハーベスト	パン	ナポリタンスパゲティ スナッフえんどうのおゆで すましじり	ワインナー たまご かつおぶし	とうふ だしこんぶ	スパゲティ	にんじん スナッフえんどう	たまねぎ ほうれんそう	ピーマン	ぎゅうにゅう セサミおしパン
28	きん	ぎゅうにゅう カルシウムあられ	ごはん	しんじゃがうまに マカロニサラダ トマト	たまご チーズ	ハム	じゃがいも こんにやく マカロニ	たまねぎ きゅうり	にんじん トマト	いんげん	ヨーグルト やさしいスティック
29	ど										
30	にち										

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。



## ご入園、ご進級おめでとうございます



暖かな陽差しがきらめく中、新年度がスタートしました。新しい環境にワクワクドキドキしている子どもたちが、元気いっぱい過ごせるよう、ゆったり見守っていきましょう。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事をすることの楽しさに気づけるよう、保護者の皆さまと協力してすすめていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

きれいになる  
てのあらいかた

### 早起き・早寝・朝ごはん・朝うんち




早起き・早寝・朝ごはん・朝うんちの習慣をつけることは、子どもの健やかな成長と生活リズムを確立するために大切です。子どもの頃に、規則正しい生活リズムを身につけることが、生涯を通じて健康な生活を送る基礎になります。

### おしよくじのまえに てを あらいましょう!

## 手洗いを楽しく習慣化する工夫

洗面所には踏み台を置いて、子どもが使いやすいようにしてあげてください。また、家族と一緒に歌いながら手を洗ったり、かわいいハンドソープなどを置いたりして洗面所を楽しい空間にすると、子どもは手洗いを楽しいと感じます。手を洗った後は「えらいね!」「きれいになったよ!」などと声をかけて、子どもがすすんで手洗いをしたくなるように、サポートしていきましょう。

- ①せっけんをよくあわだてるよ
- ②このひらをあらうよ
- ③このこうをあらうよ
- ④ゆびさきやつめをあらうよ
- ⑤ゆびとゆびのあいだをあらうよ
- ⑥おやゆびをあらうよ
- ⑦てくびをあらうよ
- ⑧あわをながすよ
- ⑨タオルでふくよ