



給食だより



進級、ご入園おめでとうございます！

温かい春の日差しの中、桂ぶどうの木こども園は新しいお友達を迎え、ドキドキわくわくの新年度がスタートします。新しい環境に慣れるまで緊張の日々だと思えますが、少しでも早く慣れて楽しく過ごせるように、給食室一同協力して頑張っていきたいと思えます。

離乳食や普段の食事で困っていることがあったら気軽にお声がけください。

給食やおやつの作り方を知りたいな！と思われたら、保育者や調理室に気軽にお声がけください♪

この様な形でレシピをお渡しします。

豚肉の生姜焼き

昨日、声をかけて頂いた「豚肉の生姜焼き」のレシピを書いてありますが、大量調理とご家庭の料理では少し条件などが変わってきますので、ごまかい仕上げの味つけなどはお好みで調節してください。

材料	4人分の量です!!	作り方
豚肉	300g	① 豚肉に酒と塩こしょうをふく ② 肉の材料を火ごめる ③ 味の調味料を混ぜておく ④ ②に火が通つたら③の調味料を入れて味をよめる。
生姜(すりおろし)	15g	
玉ねぎ	150g	
人参	60g	
にら	60g	
たまご	150g	
油	適量	
酒	〃	
塩こしょう	〃	

延長保育で提供のお菓子について

今年度から延長保育で提供のお菓子は、アレルギー除去食が出ないお菓子に統一になります。延長保育を様々な職員が対応することもあり、安全を最優先に確保したいと思います。

調理室職員紹介

安部 あゆみ
平田 章代
真鍋 真由美
木村 玲子

新しい職員も入ってパワーアップ！こどもたちが給食やおやつを楽しみにしてくれる様に、おいしくて栄養たっぷりの給食を作っていきたいと思えます。よろしくお願ひします。



日付	曜日	昼食	材料	おやつ
1 15	月	・炊き込みピラフ ・フルーツカクテル ・わかめスープ	・精白米、胚芽米、ツナ、玉葱、人参、三度豆、コーン（コンソメ、塩胡椒、油） ・みかん缶、黄桃缶、パイナップル缶 ・わかめ、胡麻、青ネギ（鶏ガラ、塩）	・牛乳 ・ストロベリーツイスト
2 16	火	・ご飯 ・鶏じゃが ・ブロッコリーの昆布和え ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、絹さや、糸蒟蒻（醤油、みりん、酒、砂糖） ・ブロッコリー（塩昆布、醤油） ・南瓜、玉葱、人参（味噌）	・牛乳 ・豆のおやき （小麦粉、甘納豆）
30 お誕生日 参観の日	火	・ご飯 ・お好み竹輪 ・チャプチェ ・すまし汁 ・果物	・精白米、胚芽米 ・竹輪、鯉節、青海苔（お好みソース、マヨドレ） ・豚肉、ニラ、もやし、人参、春雨（醤油、みりん、酒、砂糖、胡麻油） ・麩、えのき、三つ葉（醤油、塩） ・みかん缶	・牛乳 ・キャラットケーキ （人参、ホットケーキミックス、砂糖、卵、マーガリン、牛乳）
3 17	水	・ご飯 ・鮭の塩麹焼き ・アスパラのオーロラサラダ ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鮭（塩麹） ・ハム、アスパラ、キャベツ、人参（ケチャップ、マヨドレ、酢、塩胡椒） ・さつま芋、玉葱、人参（味噌）	・牛乳 ・じゃがもち （じゃが芋、片栗粉、マーガリン、醤油、砂糖、塩）
4 18	木	・ご飯 ・カレー唐揚げ ・うどんサラダ ・コンソメスープ	・精白米、胚芽米 ・鶏肉（醤油、酒、みりん、にんにく、生姜、カレー粉、片栗粉、油） ・乾麺、油揚げ、人参、胡瓜、キャベツ、干し椎茸（醤油、みりん、砂糖、酒、酢） ・玉葱、人参、コーン（コンソメ、塩）	・牛乳 4日・みぞ蒸しパン （ホットケーキミックス、砂糖、味噌、豆乳、油） 18日・桜の葉蒸しパン （ホットケーキミックス、油、砂糖、食紅、桜の葉、こしあん、豆乳）
5 19	金	・ご飯 ・チーズinハンバーグ ・ジャーマンポテト ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・合挽ミンチ、玉葱、人参、豆腐、チーズ（パン粉、卵、ナツメグ、塩胡椒、ケチャップ） ・じゃが芋、玉葱、ベーコン、ブロッコリー（塩胡椒、油） ・大根、人参、青葱（醤油、塩）	・牛乳 ・バナナ ・お菓子
6 20	土	・ミートスパゲティ	・スパゲティ、豚ミンチ、玉葱、人参、ピーマン、コーン、カットトマト缶（ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ、塩胡椒、オリーブ油）	・牛乳 ・お菓子 ※6日は半日保育の為 おやつはありません
8 22	月	・豆ご飯 ・鯖のボン酢焼き ・卵の花 ・すまし汁	・精白米、胚芽米、うすいえんどう（酒、塩、昆布） ・鯖（ボン酢、酒、塩） ・平天、おから、人参、ほうれん草、さつま芋、椎茸（醤油、砂糖、みりん） ・豆腐、小松菜、人参（醤油、塩）	・牛乳 ・マカロニきな粉 （マカロニ、きな粉、砂糖、塩）
9 23	火	・カレーライス ・ブロッコリーナムル	・カレーライス ・ブロッコリーナムル	・牛乳 ・ヨーグルト ・お菓子
10 24	水	・ご飯 ・ホイコーロー ・焼き南瓜 ・若竹汁	・精白米、胚芽米 ・豚肉、キャベツ、ピーマン、赤パプリカ（醤油、赤味噌、砂糖、酒、胡麻油、生姜、にんにく、油） ・南瓜（塩） ・わかめ、筍（醤油、塩）	・牛乳 ・ミロサンドイッチ （食パン、マーガリン、ミロ）
11 25	木	・ロールパン ・クリームシチュー ・春キャベツのサラダ	・ロールパン ・鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、牛乳（シチュールウ、小麦粉、塩胡椒） ・キャベツ、ハム、ブロッコリー、人参、コーン（マヨドレ、塩、酢）	・牛乳 11日・ごまおかかおにぎり （精白米、胚芽米、醤油、鯉節、胡麻、胡麻油） 25日・ぶどうゼリー ・お菓子
12 26	金	・ご飯 ・バーベキューチキン ・ほうれん草とツナのおかか和え ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鶏肉（にんにく、ケチャップ、ウスターソース、砂糖） ・ツナ、ほうれん草、キャベツ、人参、かつお節（醤油、砂糖） ・じゃが芋、玉葱、人参（味噌）	・牛乳 ・オレンジ ・お菓子
13 27	土	・焼きそば ・果物 ・レタススープ	・中華麺、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし、鯉節、青のり（ソース、塩胡椒、油） ・果物 ・レタス、人参、コーン（鶏ガラ、塩）	・牛乳 ・お菓子

※材料の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。
※何か気になることがございましたら調理室又は保育士までお声かけ下さい。