



平成30年度4月(卯月)
江東区白河かもめ保育園 献立表



今月の目標：春野菜を食べよう
テーマ野菜：グリーンピース



今月の食育活



- 4日：グリーンピースの話 (幼児)
- 11日：グリーンピースのさやむき (星組)
- 13日：味噌作り (月組)
- 23日：グリーンピースのさやむき (花組)

*1,2歳児クラスは午前中、牛乳が出ます。

* はクッキングメニューです。
感染症が流行した際は、クッキングを中止する場合がありますのでご了承下さい。

* はカルシウム強化のため小魚を提供します。

曜日	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
予定	入園・進級式		交通安全指導			
昼食	・スパゲッティーナポリタン ・フレンチサラダ ・パイザンヌスープ ・清見オレンジ	・ポークカレーライス ・玉葱ドレッシングサラダ ・コーンスープ ・バナナ	・ご飯 ・鮭の塩焼き 付)レモン ・切干大根の煮物 ・じゃが芋と若布の味噌汁 ・夏みかん	・春キャベツ焼きそば ・ささみのポン酢和え ・かぶとえのきの味噌汁 ・ヨーグルト	・雑穀ご飯 ・白身魚のチーズフライ ・千切りキャベツ ・南瓜と玉ねぎの味噌汁 ・オレンジゼリー	・ご飯 ・高野豆腐と鶏肉の旨煮 ・小松菜の海苔和え ・大根と若布の味噌汁 ・オレンジ
午後のおやつ	・しらすおかかご飯 ・麦茶	・味噌ポテト ・牛乳	・いちごジャムサンド ・牛乳	・鮭の春色おにぎり ・麦茶	・マフィン ・牛乳	・カステラ ・牛乳
日	9	10	11	12	13	14
予定	造形・入園・進級お祝い献立			野菜の日		
昼食	・赤飯 ・カジキの照り焼き ・ほうれん草の胡麻和え ・花麩のすまし汁 ・いちご	・ご飯 ・豚肉と春野菜の生姜炒め ・胡瓜のしらす和え ・スナップエンドウと厚揚げの味噌汁 ・りんごゼリー	・五目うどん ・南瓜の煮物 ・胡瓜と若布の酢の物 ・ヨーグルト	・筍ご飯 ・鶏の味噌焼き ・キャベツと油揚げのお浸し ・絹さやと豆腐のすまし汁 ・バナナ	・麻婆豆腐丼 ・三色ナムル ・春雨スープ ・グレープフルーツ	・中華丼 ・中華胡瓜 ・にらとえのきのスープ ・バナナ
午後のおやつ	・グリーンピースマフィン ・牛乳	・ツナと春キャベツのお好み焼き ・麦茶	・筍とグリーンピースのあんかけ丼 ・麦茶	・ピーチケーキ ・牛乳	・クリームパン ・牛乳	・バームクーヘン ・牛乳
日	16	17	18	19	20	21
予定				避難訓練	おもちゃ病院	懇談会
昼食	・スパゲッティーナポリタン ・フレンチサラダ ・パイザンヌスープ ・清見オレンジ	・ポークカレーライス ・玉葱ドレッシングサラダ ・コーンスープ ・バナナ	・ピースご飯 ・鮭の塩焼き 付)レモン ・切干大根の煮物 ・じゃが芋と若布の味噌汁 ・夏みかん	・春キャベツ焼きそば ・ささみのポン酢和え ・かぶとえのきの味噌汁 ・ヨーグルト	・雑穀ご飯 ・白身魚のチーズフライ ・千切りキャベツ ・南瓜と玉ねぎの味噌汁 ・オレンジゼリー	・ご飯 ・高野豆腐と鶏肉の旨煮 ・小松菜の海苔和え ・大根と若布の味噌汁 ・オレンジ
午後のおやつ	・しらすおかかご飯 ・麦茶	・味噌ポテト ・牛乳	・いちごジャムサンド ・牛乳	・鮭の春色おにぎり ・麦茶	・マフィン ・牛乳	・カステラ ・牛乳
日	23	24	25	26	27	28
予定		体育あそび	青空ランチ	端午の節句献立・かもめひろば		
昼食	・ご飯 ・カジキの照り焼き ・ほうれん草の胡麻和え ・花麩のすまし汁 ・いちご	・ご飯 ・豚肉と春野菜の生姜炒め ・胡瓜のしらす和え ・スナップエンドウと厚揚げの味噌汁 ・りんごゼリー	・若布おにぎり ・から揚げ ・カラフルピクルス ・野菜ジュース ・バナナ	・山菜おこわ ・鶏の味噌焼き ・ほうれん草とかまぼこのお浸し ・若竹汁 ・いちごゼリー	・麻婆豆腐丼 ・三色ナムル ・春雨スープ ・グレープフルーツ	・中華丼 ・中華胡瓜 ・にらとえのきのスープ ・バナナ
午後のおやつ	・グリーンピースマフィン ・牛乳	・ツナと春キャベツのお好み焼き ・麦茶	・筍とグリーンピースのあんかけ丼 ・麦茶	・柏餅 ・ほうじ茶 ・せんべい	・クリームパン ・牛乳	・バームクーヘン ・牛乳

30
振替休日



～伝えたい「日本食」～

乳幼児期における食事は、生涯にわたる健康づくりの基礎の時期と言われています。当園では、毎日の食事を食育の基本と考え、今年度も引き続き「和食」の良さを伝えていこうと思います。「和食」は、素材の味を生かし、料理で季節を感じる事が出来る良さがあります。旬の食材を沢山使った栄養満点の食事を子ども達に届けていきたいと思ひます。



端午の節句

5月5日は「こどもの日」国民の祝日とされています。本来は「端午の節句」とされ、男の子の健やかな成長を祝い、立身出世を願う日です。

- ✪菖蒲湯：病気や災いを払うように菖蒲湯に浸かります。
- ✪こいのぼり：滝を登る鯉のように強くたくましく育つようにと願いを込めて飾られます。
- ✪鎧・兜：災難から身を守ること・たくましく成長をして欲しいと願い五月人形を飾ります。
- ✪柏餅：柏の木には新芽が出るまで葉が落ちないため、「家系がどぎれない」とされ、「子孫繁栄」の意味が込められているそうです。

保育園では26日に端午の節句献立を提供していきます♪

