

2024年4月号
川口西こども園



4月のおやつ予定表



おやつには牛乳がつきます。

日	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)	日	曜日	朝 (1・2歳児のみ)	昼(全児)
1	月			16	火	あられ麩	じゃこのせサラダ
2	火	カップケーキ	りんごゼリー	17	水	ベイクドおさつ	野菜かりんとう
3	水	レモンラスク	おかかおにぎり	18	木	ジャムサンド	きなこ入り 豆乳蒸しパン
4	木	クラッカー ジャムサンド	みたらしポテト	19	金	ミニサラダ	お麩のラスク
5	金	マカロニきなこ	ラスク	20	土	ビスコ	サラダせん
6	土	アンパンマン ソフトせん	ぼたぼた焼き	21	日		
7	日			22	月	コーンの カップケーキ	みかん寒天
8	月	チーズカナッペ	黒蒸しパン	23	火	フルーツポンチ	たけのこごはん
9	火	シュガートースト	じゃこ菜めし	24	水	蒸しパン	ジャムサンド
10	水	ベイクドポテト	乳酸菌入り寒天	25	木	シュガーパイ	バナナケーキ
11	木	バナナの ヨーグルトあえ	ちんすこう	26	金	ベイクドポテト	アスパラベーコン のチーズパイ
12	金	ビスケット	チーズトースト	27	土	きなこもちせん	雪の宿
13	土	ぱりんこ	塩せんべい	28	日		
14	日			29	月		
15	月	じゃがいもの オープン焼き	パルミエ	30	火	フルーツカナッペ	ショートブレッド クッキー

給食について

給食は、旬の食材を取り入れた薄味のものになっています。大量に調理することで、色々な食材からうまみが出て、薄味でもおいしく食べられます。

先生や友達と一緒に食べる中で、いろいろな食材に触れ、楽しい給食の時間を過ごしてほしいと思います。

また、毎日の給食と午後のおやつを、15:45~17:00の時間帯に本棟玄関に展示していますので、お迎えの際にご覧ください。

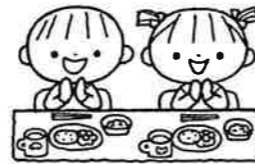
0・1歳児の保護者の方へ

乳児期は、身体や口腔機能の発育・発達において、個人差の多い時期です。園では、一人ひとりの食べる様子を見ながら、個々にあった調理形態で進めていきます。

また、まだ食べたことのない食材については、食材チェック表と献立表を参考に、事前に食べてみてください。

今月の給食から

肉みそ丼



材料(4人分)
豚ミンチ...120g
人参...35g
生しいたけ...20g
たまねぎ...120g
ねぎ...20g
食油...4g
しょうゆ...12g
砂糖...8g
赤味噌...8g 水...40g
みりん...4g 片栗粉...4g

作り方

- ① 人参はみじん切り、たまねぎ、生しいたけは小さい角切り、ねぎは小口切りにする。
- ② 鍋に油を入れ、豚ひき肉を炒め、人参、たまねぎ、生しいたけ、ねぎの順に加えて炒めます。
- ③ ②に分量の水を入れて煮る。(水加減は調整する)
- ④ 調味料を入れて味を整え、水溶性片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ ごはんを盛りつけ、その上に肉みそをのせたら完成です。

今月のおやつから

◎みたらしポテト◎

材料(4人分)
じゃがいも...200g
サラダ油...8g
砂糖...12g
しょう油...8g
片栗粉...1.6g 水...28g

作り方

- ① じゃがいもは一口大に切り、サラダ油をからめてオープンで焼く。
- ② 砂糖・しょう油・片栗粉・水を合わせて火にかけて、たれを作る。
- ③ ①に②をからめる。

*今月の展示食は、3歳児の量を展示しています。参考にしてみてくださいね。