



4月のこんだて

令和6年 4月
津軽石保育所

日	曜	全所児		未満児	
		献立名	午後のおやつ	主食・付け合わせ	午前のおやつ
15	月	さばの照り焼き ゆかり和え 枝豆 みそ汁 バナナ			
16	火	チンジャオロース マヨサラダ フライドポテト ワンダンスープ りんご			
17	水	豆腐ハンバーグ なめたけ和え チーズ みそ汁 グレープフルーツ			
18	木	赤魚のみそ焼き 筑前煮 コーンソテー そうめん汁 キウイフルーツ			
19	金	ハヤシライス わかめの酢の物 カリフラワー みそ汁 オレンジ			
20	土	ツナパスタ グリーンサラダ チキンスープ フルーツ			
22	月	豚肉の南部焼 おかか和え 煮豆 みそ汁 りんご			
23	火	ほっけの塩焼き トマトサラダ ブロッコリー 豚汁 オレンジ			
24	水	鶏のから揚げ 納豆和え 焼きさつまいも みそ汁 バナナ			
25	木	かれいの煮付 菜花の炒め物 枝豆 みそ汁 グレープフルーツ			
26	金	オムレツ 大根サラダ 焼きちくわ コンソメスープ キウイフルーツ			
27	土	そぼろ丼 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ			
29	月	昭和の日			
30	火	肉野菜炒め かぼちゃの甘煮 チーズ ふのり汁 バナナ			
1	月	鶏の照り焼き マカロニサラダ ブロッコリー みそ汁 ゼリー	ビスケット ジョア	ごはん コーンソテー	コーン菓子 麦茶
2	火	たらのムニエル アスパラソテー 煮豆 みそ汁 バナナ	カレーパン 牛乳	ごはん トマト	白い風船 麦茶
3	水	麻婆豆腐 ナムル 焼きかぼちゃ 中華スープ オレンジ	ビスコ 牛乳	ごはん 味付海苔	白かりんとう 麦茶
4	木	鮭フライ ひじき煮 チーズ みそ汁 キウイフルーツ	マーラーカオ 牛乳	ごはん 肉そぼろ	野菜スナック 麦茶
5	金	カレーライス コールスローサラダ 枝豆 スープ りんご	塩せんべい 牛乳	ごはん カリフラワー	パイ 麦茶
6	土	入所式			
8	月	生姜焼き 磯和え カリフラワー みそ汁 バナナ	ウエハース 牛乳	ごはん ふりかけ	クラッカー 麦茶
9	火	卵焼き きんぴられんこん きゅうりの浅漬け みそ汁 りんご	蒸しパン 牛乳	ごはん 納豆	ビスコ 麦茶
10	水	豚肉のBBQソース 春雨サラダ かまぼこ スープ キウイフルーツ	コーン菓子 牛乳	ごはん チーズ	白かりんとう 麦茶
11	木	ぶり大根 ごま和え ウインナー みそ汁 グレープフルーツ	お好み焼き 牛乳	ごはん なめたけ	塩せんべい 麦茶
12	金	誕生会 ロールパンサンド ミートローフ アスパラサラダ キャベツスープ フルーツ	サブレ ブラマンジェ		野菜スナック 麦茶
13	土	混ぜ込みごはん 野菜の肉巻き おくらの和え物 みそ汁 フルーツ	パイ パックジュース		白い風船 麦茶

献立は変更になることもありますので、ご了承ください

12日 は給食から主食を提供しますので、以上児のご飯はいりません。

入園・進級おめでとうございます！

あたら ともだち せんせい あたら へや
 新しいお友達や先生、新しいお部屋にわくわくの新年度がスタートしました。
 きんちやうたいちやうみだ つか で しき あさ たいおん ていか
 緊張で体調の乱れや疲れが出やすくなる時期です。朝には体温が低下して、エネルギー
 が足りない状態になり、さらに体に不調が出やすくなります。そんなときに食べる朝ごはん
 は体温を上げて頭も体も目覚めさせてくれて、1日の元気の素になります。
 いそが しいそが しいそが ひ
 忙しかったり、食欲がない日もあるかもしれませんが、毎日しっかり食べて規則正しい
 生活で楽しく過ごしましょう！

お願い

- コップ、お箸セット、おしぼり、お弁当箱などには必ず名前を付けて持たせてください。
- 水筒、お弁当箱などは洗って、清潔にしましょう。



4月生まれのおともだち

- | | |
|---------|----------------------------------|
| たんぼぼ組 | さほちゃん
あかりちゃん |
| ちゅうりっぷ組 | ふうまくん
はやとくん
ゆめちゃん
とわちゃん |
| つくし組 | さくらちゃん |
| ひよこ組 | ひなたくん
るいくん
そらくん |

