



4月給食だより

くるみ乳児院給食委員会 2025年4月1日発行



あたたかい日が少しずつ増え、春らしくなってきました。晴れた日にはお散歩に出かけ、みんなで春の訪れを喜んでいます。
今年度も子どもたちがすくすくと元気に育ち、楽しくおいしく食事ができるように取り組んでいます。

くるみ乳児院の食事作りで大切にしていること

- ・和食を中心とした、日本の食文化を大切にしています。
- ・食材はできるかぎり国産のものを使用しています。
- ・天然のだしを使い、素材の味をいかした調理を心がけています。
- ・季節感を大切にし、食への興味・関心を育てる取り組みをしています。
- ・1人1人の成長や体調にあわせて、毎日の食事を工夫しています。



◆献立表◆

月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日	(火)	ごはん・さけの塩焼き みそ汁	わかめうどん 鶏肉の照り煮・果物	きなこ団子 お茶	そら豆ごはん・ミルフィーユカツ 野菜のトマト煮・みそ汁
2日 16日	(水)	パン・ウインナー バナナ・ヨーグルト・牛乳	ごはん・さわらの西京焼き 白菜の煮びたし・みそ汁・果物	ボンデケーキ 牛乳	ごはん・ミートボールのクリーム 煮・新玉ねぎのソテー・スープ
3日 17日	(木)	ふりかけおにぎり 野菜の煮物・みそ汁	ごはん・スペインオムレツ かぼちゃきんぴら・スープ・果物	カップケーキ 牛乳	いなり寿司・筑前煮 すまし汁
4日 18日	(金)	ツナマヨサンド コンソメスープ りんご・牛乳	ごはん・マーボー豆腐 チンゲンサイの中華炒め 中華スープ・果物	桃のクラフティ 牛乳	ごはん・鶏天 人参の酢の物・みそ汁
5日 19日	(土)	まぜごはん・鶏つくね みそ汁	みそラーメン 山芋のバター焼き・果物	肉巻きおにぎり お茶	ごはん・さばの煮つけ 炒り豆腐・すまし汁
6日 20日	(日)	パン・ポテト チーズ・野菜ジュース	ごはん・牛肉とニラの炒め物 切干大根煮・みそ汁 果物	市販菓子・牛乳 20日：ひよこ 蒸しパン	ごはん・バターチキンカレー マカロニサラダ
7日 21日	(月)	ごはん・煮魚 みそ汁	豚丼・かぼちゃのいとし煮 みそ汁・果物	たこ焼き お茶	ごはん・シュウマイ ごぼうの甘辛煮・中華スープ
8日 22日	(火)	パン・ウインナー 豆乳スープ バナナ	ごはん・鶏肉の塩焼き・納豆 ブロッコリーのおかかあえ・みそ汁 果物	コーンフレーク 牛乳	ケチャップライス 海老カツ・レタスのスープ
9日 23日	(水)	さけおにぎり 切干大根煮・みそ汁	あんかけうどん・五目豆煮 果物	コーンおにぎり お茶	ごはん・肉じゃが 豆腐のとろろ蒸し・すまし汁
10日 24日	(木)	ごはん・ミートボール みそ汁	ごはん・さばの照り焼き 大根とあげの煮物・みそ汁・果物	クラッカーサンド 牛乳	ごはん・春巻き なすのみそ炒め・すまし汁
11日 25日	(金)	パン・チーズ きなこ牛乳・みかん	ごはん・卵焼き たけのこの土佐煮・すまし汁・果物	ぶどうゼリー 牛乳	ごはん・ひき肉のポテトグラタン 人参グラッセ・スープ
12日 26日	(土)	ごはん・高野豆腐の煮物 みそ汁	カレーピラフ・大根の洋風おでん ほうれん草ソテー・果物	みかん蒸しパン 牛乳	ごはん・さけのタルタル焼き 春キャベツのそぼろあん・みそ汁
13日 27日	(日)	ホットケーキ ヨーグルト・りんご	ミートソーススパゲティ えんどう豆のポタージュ・果物	市販菓子 牛乳	ごはん・鶏肉のきじ焼き もやしのあえ物・みそ汁
14日 28日	(月)	ごはん・鶏そぼろ 人参煮・みそ汁	しらすごはん・チャンプルー かぶとツナの煮物・すまし汁 果物	塩クッキー 牛乳	ごはん・アスパラの豚肉巻き じゃがいものきのこマヨあえ みそ汁
29日	(火)	ごはん・さけの塩焼き みそ汁	焼きうどん・トマトのあえ物 みそ汁・果物	市販菓子 牛乳	ごはん・さわらのから揚げ こまつなのあえ物・すまし汁
30日	(水)	パン・ウインナー バナナ・ヨーグルト・牛乳	ごはん・豚肉のみそ炒め 焼きなます・すまし汁・果物	フレンチトースト 牛乳	ごはん・バターチキンカレー マカロニサラダ

【4月の旬(しゅん)】

そらまめ



そらまめの旬は4～6月。初夏の代表的な味覚です。
火が通りやすいので、調理の際は加熱しすぎに注意。ゆで時間は2分が目安です。
こどもたちと一緒に「さや」をむいて、そら豆ごはん作りを予定しています。