



# 4がつのこんだて



## ようじ

八王子ひまわり保育園  
2019.4.1



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
<b>1 にゅうえんしき</b> おせきはん とりにくのいために にもの(にんじん・こんにゃく) けんちんじる(ひじょうしょく) いちご どろっぷくつきー ぎゅうにゅう	<b>2</b> はんばーがー まかろにさらだ こーんぼたーじゅ はっさく ごへいもち むぎちゃ	<b>3</b> ごはん さけのまよねーすやき ほうれんそうのなっとうあえ きゃべつのみそしる りんご すこーん ぎゅうにゅう	<b>4</b> きつねうどん なのはなむし だいがくいも(じゃがいも) きよみおれんじ ふらんすちーず ぎゅうにゅう	<b>5</b> なっとうごはん とりにくのうめみそやき こーんさらだ もやしのみそしる はっさく せさみとーすと むぎちゃ	<b>6</b> ごましおごはん ぶたにくのあっふるそーすやき もやしのゆかりあえ じゃがいものみそしる きよみおれんじ ふかしいも とくにゅう
<b>8</b> こまつなごはん さわらのてりやき しるばーさらだ にくだんごすーぷ はっさく しょーとけーき ぎゅうにゅう	<b>9</b> やきそば ぶたしゃぶ こーるすろー ねぎとわかめのすーぷ きよみおれんじ おにぎり おしゃぶりこんぶ むぎちゃ	<b>10</b> しょくぱん みーとろーふ もやしのかれーまよねーすあえ くりーむしちゅー いちご おきなわどーなつ むぎちゃ	<b>11</b> まーぼーどん いそベやき きゃべつさらだ ちんげんさいのすーぷ りんご どうぶつくつきー むぎちゃ	<b>12</b> かれーらいす たんどりーちきん はるさめさらだ ぎゅうにゅう きよみおれんじ みたらしだんご むぎちゃ	<b>13</b> しらすごはん とりにくのいために さつまいものれーずんに もやしのみそしる りんご じゃむむしばん とくにゅう
<b>15</b> すばげていーみーとそーす ぼてとのちーずやき なっとうさらだ ごもくちゅうかすーぷ みしょうかん いちごくりーむちーずむしばん とくにゅう	<b>16</b> ゆかりごはん(ひじょうしょく) とりにくのしょうふうやき だいこんとほたてのさらだ きぬさやのみそしる いちご にんじんのつぶつぶくつきー ぎゅうにゅう	<b>17</b> ばたーろーる かれーちきん きくらげさらだ きゃべつくりーむすーぷ きよみおれんじ きなこぼたもち むぎちゃ いりこ	<b>18</b> さんしょくごはん にまめ わふうさらだ たまごとわかめのすましじる みしょうかん あーもんどとーすと ぎゅうにゅう	<b>19</b> そぼろあんかけごはん ししゃものいそべあげ ひじきさらだ わかたけじる きよみおれんじ くさだんご むぎちゃ	<b>20</b> ごましおごはん ぶたにくのしょうがやき もやしのなむる あおなのみそしる りんご ふかしいも とくにゅう
<b>22</b> そふとふらんす つなぐらたん よーぐるとさらだ きゃべつとにくだんごのすーぷ いちご ちーずどーなつ むぎちゃ	<b>23</b> かれーうどん しゅうまい いんげんのばたーそてー みしょうかん さもさ ぷるーん ぎゅうにゅう	<b>24</b> たけのこごはん ひじきつくね <small>しんじゃがときぬさやのいためもの</small> かきたまじる きよみおれんじ しゅがーらすく とくにゅう	<b>25 おたんじょうかい</b> ふりかけごはん からあげ ぼてとさらだ わんたんすーぷ りんご ちーずむしばん ぎゅうにゅう いりこ	<b>26</b> いわのりごはん かれいふらい きゃべつのごますあえ ちゅうかすーぷ みしょうかん ぱうんどけーき ぎゅうにゅう	<b>27</b> ふりかけごはん とりにくのけちゃっぷに さつまいものあまに じゃがいものみそしる きよみおれんじ じゃむむしばん とくにゅう
<b>29</b> <b>しょうわのひ</b> 	<b>30</b> <b>きゅうじつ</b> 	今月の栄養価平均値 熱量 蛋白 脂質 幼児 567Kcal 21.2g 19.1g			<b>★都合により、一部メニューを変更する場合があります。</b>

新しいお友だちも加わり、新しいお部屋での生活がスタートしますね!  
 新入の子も進級の子も不安と期待の入り混じった気持ちでしょう。  
 皆と一緒に給食の時間を過ごすのも新たなチャレンジという子もいると思います。  
 今年度も子供たちの顔を見ながら、食への興味・関心を持ってもらえるよう楽しんで食育を進めていきたいと思ひます。  
 集団の中の個々を意識しながら、安全でおいしい給食作りをしていきます。

今年度もどうぞよろしくお願ひします!

今年度は新しいメニューのレシピを紹介していきます

### 人参つぶつぶクッキー

- <材料> <分量>  
(15枚~20枚分)
- 人参 200g
  - 有塩バター 120g
  - 黒砂糖 100g
  - 卵 1/2個
  - 小麦粉 300g

- <作り方>
- ①人参をみじん切りにする
  - ②バターと黒砂糖を混ぜ合わせる
  - ③②に卵、①を混ぜ合わせ、小麦粉をふるい入れ混ぜる
  - ④形を整えて、鉄板に並べる
  - ⑤180℃のオーブンで15分程焼く



# 4がつのこんだて



## にゅうじ

八王子ひまわり保育園  
2019.4.1



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
<b>1 にゅうえんしき</b> おせきはん とりにくのいために にもの(にんじん・こんにゃく) けんちんじる(ひじょうしょく) いちご ふかしいも ぎゅうにゅう	<b>2</b> ばたーろーる とうふはんぱーぐ まかろにさらだ こーんぼたーじゅ はっさく ごへいもち むぎちゃ	<b>3</b> ごはん さけのまよねーすやき ほうれんそうのなっとうあえ きゃべつのみそしる りんご まかろにきなこ ぎゅうにゅう	<b>4</b> きつねうどん なのはなむし だいがくいも(じゃがいも) きよみおれんじ ちーすとーすと ぎゅうにゅう	<b>5</b> なっとうごはん とりにくのうめみそやき こーんさらだ もやしのみそしる はっさく せさみとーすと むぎちゃ	<b>6</b> ごましおごはん ぶたにくのあつぷるそーすやき もやしのゆかりあえ じゃがいものみそしる きよみおれんじ ふかしいも とうにゅう
<b>8</b> こまつなごはん さわらのてりやき しるばーさらだ にくだんごすーぷ はっさく ほっとけーき ぎゅうにゅう	<b>9</b> やきそば ぶたしゃぶ こーるすろー ねぎとわかめのすーぷ きよみおれんじ こざかなごはん むぎちゃ	<b>10</b> しょくぱん みーとろーふ もやしのかれーまよねーすあえ くりーむしちゅー いちご こくとうむしばん ぎゅうにゅう	<b>11</b> まーぼーどん いそベやき きゃべつさらだ ちんげんさいのすーぷ りんご ふかしいも ぎゅうにゅう	<b>12</b> かれーらいす たんどりーちきん はるさめさらだ ぎゅうにゅう きよみおれんじ いももち ぎゅうにゅう	<b>13</b> しらすごはん とりにくのいために さつまいものれーずんに もやしのみそしる りんご じゃむむしばん とうにゅう
<b>15</b> すばげていーみーとそーす ぼてとのちーすやき なっとうさらだ ごもくちゅうかすーぷ みしょうかん いちごくりーむちーすむしばん とうにゅう	<b>16</b> ゆかりごはん(ひじょうしょく) とりにくのしょうふうやき だいこんとほたてのさらだ きぬさやのみそしる いちご にんじんむしばん ぎゅうにゅう	<b>17</b> ばたーろーる かれーちきん きくらげさらだ きゃべつくりーむすーぷ きよみおれんじ きなこぼたもち むぎちゃ いりこ	<b>18</b> さんしょくごはん にまめ わふうさらだ たまごとわかめのすましじる みしょうかん ちーすとーすと ぎゅうにゅう	<b>19</b> そぼろあんかけごはん ししゃものいそべあげ ひじきさらだ わかたけじる きよみおれんじ くさだんご むぎちゃ	<b>20</b> ごましおごはん ぶたにくのしょうがやき もやしのなむる あおなのみそしる りんご ふかしいも とうにゅう
<b>22</b> そふとふらんす つなぐらたん よーぐるとさらだ きゃべつとにくだんごのすーぷ いちご なぼりたん むぎちゃ	<b>23</b> かれーうどん しゅうまい いんげんのばたーそてー みしょうかん さもさ ぷるーん ぎゅうにゅう	<b>24</b> たけのこごはん ひじきつくね <small>しんじゃがときぬさやのいためもの</small> かきたまじる きよみおれんじ しゅがーらすく とうにゅう	<b>25ようじおたんじょうかい</b> ふりかけごはん からあげ ぼてとさらだ わんたんすーぷ りんご ちーすむしばん ぎゅうにゅう いりこ	<b>26</b> いわのりごはん かれいふらい きゃべつのごますあえ ちゅうかすーぷ みしょうかん なっとうちゃーはん むぎちゃ	<b>27</b> ふりかけごはん とりにくのけちゃっぷに さつまいものあまに じゃがいものみそしる きよみおれんじ じゃむむしばん とうにゅう
<b>29</b> <b>しょうわのひ</b> 	<b>30</b> <b>きゅうじつ</b> 	今月の栄養価平均値 熱量 蛋白 脂質 乳児 484Kcal 18.5g 15.5g			★都合により、一部メニューを変更する場合があります。

新しいお友だちも加わり、新しいお部屋での生活がスタートしますね!  
新入の子も進級の子も不安と期待の入り混じった気持ちでしょう。  
皆と一緒に給食の時間を過ごすのも新たなチャレンジという子もいると思います。  
今年度も子供たちの顔を見ながら、食への興味・関心を持ってもらえるよう楽しんで食育を進めていきたいと思ひます。  
集団の中の個々を意識しながら、安全でおいしい給食作りをしていきます。

今年度もどうぞよろしくお祈ひします!

今年度は新しいメニューのレシピを紹介していきます

人参つぶつぶクッキー

<材料> <分量>  
(15枚~20枚分)

- 人参 200g
- 有塩バター 120g
- 黒砂糖 100g
- 卵 1/2個
- 小麦粉 300g

<作り方>

- ①人参をみじん切りにする
- ②バターと黒砂糖を混ぜ合わせる
- ③②に卵、①を混ぜ合わせ、小麦粉をふるい入れ混ぜる
- ④形を整えて、鉄板に並べる
- ⑤180℃のオーブンで15分程焼く