

令和6年4月号



たんぽぽの台所から



入園・進級おめでとうございます

たんぽぽでは和食中心の一汁三菜（二菜）を基本とした
昼食・おやつを手作りしています。

しっかりと出汁をとり、素材そのものを生かした調理
年齢、月齢、個人に合わせた調理形態（自分で食べ、しっかり噛めるように）

旬の食材、伝統的な食材、地元の食材を取り入れた総菜
季節ごとの行事食、その土地で守り続けている郷土食
世界の料理など・・・

バラエティ豊かにたんぽぽ風にアレンジをして
季節を楽しむ食事を心がけています。

食材は生協（パルシステム・東都生協）でほぼ購入しています。

水はミネラルウォーター（富士山の天然水）を購入し、
ミルク・ごはん・麦茶・出し汁などに利用しています。

出来る限り国産のものを使用しています。

卵・加工食品は使用していません。

（牛肉・干しいたけ・なめこも市の指導により不使用）

たんぽぽのモットーは “おいしく 楽しく” です！

夏季を除き、毎日子どもたちの食べている食事のサンプルを

掲示しています♪ぜひご覧下さい。

毎月献立表とともに給食だよりとして
食事の様子や好評だったメニューのレシピ、
食についての話を載せていきます。

本年もどうぞよろしくお願い致します。

台所職員一同

ご意見、ご質問等
ございましたらお気軽に
お声かけください



令和6年度 4月分 献立表

〒180-0001 保良園

	1.15 (月)	2.16 (火)	3.17 (水)	4.18 (木)	5.19 (金)	6.20 (土)
昼食	糸豆腐 ジリ子 新じゃがいも アスパラガス 味噌汁	ジリ子 焼魚 ポロロキチ さつま揚げ 味噌汁	あげ汁の ジリ子 おき魚 ジャコト 味噌汁	ジリ子 煮魚 切干大根 ほうれん草 味噌汁	パン ケキカク 粉ふき子 ブロッコリー ジュリアン スープ	鶏うどん さつま揚げ 煮魚
おやつ	梅おはき くたごもの	スイート ナポリタン くたごもの	豆乳ヨーキ くたごもの	人参スティック くたごもの	味噌焼 おにぎり くたごもの	せんべい クッキー くたごもの
主な食材	米、糸豆腐 小豆、人参 新じゃがいも アスパラガス かつお節 さつま揚げ うなぎ、餅、梅、塩漬 さや豆、さび糖	米、魚 豚肉、春雨 人参、人参 玉葱、ジャコ さつま揚げ 玉葱、ワケ スイート、豚肉 人参、ピーマン 人参、人参	米、人参 豚肉、豆腐 人参、人参 じゃがいも、ジャコ じゃがいも、さ 小麦粉、豆乳 人参、油 さび糖	米、魚 切干大根、人参 いりかき、油揚 ほうれん草 バター 玉葱、じゃがいも 小麦粉、人参 片栗粉、ジャコ 人参、油	パン 鶏肉、玉葱 人参、人参 ブロッコリー じゃがいも さつま揚げ、セリ 玉葱 米、味噌 ジャコ	うどん 鶏肉、大根 人参、人参 人参、人参 油揚 さつま揚げ さび糖 クッキー、せんべい
補食	おにぎり おにぎり くたごもの	おにぎり おにぎり くたごもの	バターラスク くたごもの	焼おにぎり くたごもの	人参スティック くたごもの	
	8.22 (月)	9.23 (火)	10.24 (水)	11.25 (木)	12.26 (金)	1.27 (土)
昼食	筍 ジリ子 厚揚げ さつま揚げ 味噌汁	ジリ子 焼魚 新じゃがいも チンゲン菜 おし汁	ジリ子 ミソコ 人参 ブロッコリー 味噌汁	ジリ子 煮魚 じゃがいも ほうれん草 味噌汁	カレーライス 春巻き ロールソー ポテト	ミートソース スパゲティ ポテトフライ
おやつ	フルーツ くたごもの	味噌ケーキ おにぎり くたごもの	焼きバナナ くたごもの	ココクッキー くたごもの	チョコレート くたごもの	せんべい クッキー くたごもの
主な食材	米、筍、油揚 厚揚げ、豚肉 玉葱、人参 ブリンピース さつま揚げ 大根、人参 じゃがいも 青のり	米、魚 新じゃがいも 人参、人参 チンゲン菜 かつお節、豚肉 ワケ、豚肉 小麦粉、人参 味噌、さび糖	米、豚肉 玉葱、人参 人参、人参 人参、さび糖 ブロッコリー 人参、人参 さつま揚げ 人参	米、魚 じゃがいも 人参、人参 人参、油 ほうれん草 さつま揚げ、ワケ 小麦粉、人参 豆乳、人参 さび糖	米、豚肉 人参、玉葱 人参、人参 小麦粉、人参 人参、人参 人参、人参 人参、人参	スパゲティ 豚肉、人参 玉葱、セリ 人参、人参 人参、人参 人参、人参 人参、人参 人参、人参
補食	ジャコ おにぎり くたごもの	ジャムサンド くたごもの	白おにぎり くたごもの	みりあか おにぎり くたごもの	チョコ くたごもの	

※都合により献立を変更することがあります。
 おやつには牛乳がつかます。
 本園児には朝補食として牛乳がつかます。(8:15までに登園の方のみ)