

4月行事予定表

日	曜日	行事予定	給食献立	kcal	保護者会予定	日	曜日	行事予定	給食献立	kcal	保護者会予定	
1	土	休 み					16	日	休 み			
2	日	休 み					17	月		ご飯 豚肉のおろし煮 五目金平 みそ汁 ジョアストロベリー	688	保護者会
3	月	始業式	たけのご飯 鱈の塩焼き 里芋の柚子味噌 すまし汁 ソフール	692	PM役員会	18	火		ご飯 サーモンピカタ 青梗菜のソテー パナナ 豆腐ときのこのスープ	681		
4	火	お花見 	ご飯 鶏肉から揚げ ほうれん草の磯部和え すまし汁 ジョアマスカット	685		19	水	AM 特別活動 (体操プログラム)	ホットドッグ 玉子パン スープ 選択(カフェオレORフルーツ)	719		
5	水	AM 特別活動 (体操プログラム)	ミックスサンド コンソメスープ いちご キウイ 牛乳	700		20	木	AM 特別活動	ご飯 肉団子の甘酢炒め ほうれん草のお浸し すまし汁 牛乳	730		
6	木	AM 特別活動	三色丼 豆腐スープ 菜の花のごま辛子和え フルーツヨーグルト	698		21	金	PM クラブ活動	オムライスデミソースかけ 花野菜のサラダ スープ オレンジ	725		
7	金	PM クラブ活動	ご飯 鮭の焼きおろし煮 じゃが芋のごま煮 みそ汁 ジョアプレーン	690		22	土		ご飯 鱈の竜田揚げ 胡瓜としらすの酢の物 ワンドンスープ りんご	693		
8	土		ご飯 もやしの和え物 鶏肉と里芋の中華煮 スープ 杏仁フルーツ	721		23	日	休 み 				
9	日	休 み 					24	月		ご飯 鶏肉の南蛮焼き 小松菜とハムのレモン和え すまし汁 ジョアプレーン	726	
10	月	PM 高津橋福祉センター清掃	ご飯 鯡の生姜酢かけ 南瓜とこんにゃくの煮物 スープ りんご	683		25	火		ご飯 八宝菜 三色ナムル 春雨スープ みかん缶	727		
11	火		チキンカレー 温野菜サラダ オレンジ ミルージュ	697		26	水	AM 特別活動 (リトミック)	焼きうどん マセドアンサラダ スープ パナナ	683		
12	水	AM 特別活動 (リトミック)	五目ラーメン 半チャーハン シューマイ キウイ	721		27	木	AM 特別活動	ご飯 鱈のホイル焼き わかめサラダ すまし汁 牛乳	702		
13	木	AM 特別活動	ご飯 小松菜のごま和え 鰯とごぼうの梅煮 けんちん汁 牛乳	684		28	金	PM クラブ活動	ご飯 筑前煮 ほうれん草と白菜のお浸し みそ汁 ジョアストロベリー	696		
14	金	PM クラブ活動 利用者給料日・賞与	ご飯 豆腐入りつくね ひじきの炒り煮 みそ汁 ジョアマスカット	740		29	土	休 み(昭和の日) 				
15	土	休 み 					30	日	休 み 			

新年度の始まりです！！
新たな気持ちでいろんな事に取り組みましょう！！

お知らせ

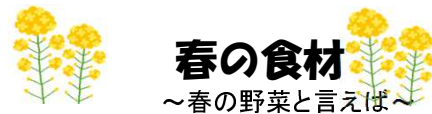
- ◎3日(月): 始業式を行います。(10時30分～)
- ◎4日(火)お花見を予定しています。詳細は後日お知らせします。
- ◎13日(木)～28日(金)豊岡短期大学の実習を受け入れます。
- ◎14日(金): お給料・賞与支給日です。



※献立及び食材は変更になる事があります。ご理解をお願い致します。



★給食だより★



春の食材

～春の野菜と言え～

春野菜には、老廃物を排出したり、新陳代謝を上げる作用があります。
旬の野菜で春を感じましょう。



(春キャベツ)
ビタミンC、Uを多く含み、強い抗酸化作用あり。
柔らかく甘味があり、サラダや浅漬けに向く。
蒸してもおいしい。
(タケノコ)
亜鉛、カリウム、ビタミンB群・Eを含む。
先端が根元よりも栄養価が高い。

