



# 4がつのメニュー



## 入園・進級おめでとうございます

いずみ幼稚園では、食に興味や関心をもって、食べることが大好きな子供になってもらえるよう、‘楽しく・おいしい・手作り給食’をお出ししています。地域の旬の食材や園で作った食材を使い、食材のそのものの味を味わえるような薄味料理をこころがけています。また、幼児期の成長に必要な栄養がバランスよく補えるような献立を考えています。

給食に関するお問い合わせや、子供の好きな料理に関する情報などありましたら、ぜひ、お寄せください。

※ 牛乳は、おかずをしっかり食べてもらいたいため、給食の中ではお出ししていません。ご家庭でのおやつで取り入れて下さい。

### メニュー紹介①

#### 豆腐ボール

- ① 木綿豆腐は水切りをして細かくつぶす。
- ② ひじきは水で戻し長いものは切る。
- ③ ねぎ・人参・しめじはみじん切りしらす干しは湯通ししておく。
- ④ 大和芋をすり鉢ですり、①・片栗粉・塩を加えてよく混ぜ、続いて②と③を加えて混ぜる。
- ⑤ 揚げ油を160℃に熱し、④をスプーンですくって落とし揚げにする。

**材料(4人分)**  
 木綿豆腐…200g  
 ひじき…3g、しらす干し…60g、ねぎ…20g、人参…32g、しめじ…32g、大和芋…12g、片栗粉…20g、塩…0.4g、揚げ油…適量



### メニュー紹介②

#### 五平餅

- ① 米を普通に炊く。
- ② 炊きあがった御飯をすりこぎで半づみにする。
- ③ 一人分づつ薄い丸型にする。
- ④ 鉄板に③を並べて焼く。
- ⑤ みじん切りにしたくるみと味噌三温糖・みりんを混ぜる。(フードプロセッサ―やすり鉢で混ぜてもよい。)

**材料(4人分)**  
 米…120g、味噌…10g、三温糖…10g、くるみ…2g、みりん…3g、油…8g



(学) スジャータ学園  
 認定こども園  
 いずみ幼稚園

日	曜	給食	ぼんぼこ教室 おやつ
1	木		
2	金		
3	土		
4	日		
5	月		
6	火		
7	水	じゃこまぜごはん、みそしる、えびフライ、グラッセ、くだもの	やさいラーメン
8	木	にゅうえんしき	
9	金	チキンカレー、のむヨーグルト、サラダ、くだもの	サンドパン
10	土		
11	日		
12	月	のりたまおにぎり、ハンバーグ、フライドポテト、スティックやさい、チーズ	みどりだんご
13	火	わかめおにぎり、あつやきたまご、かぼちゃのそぼろに、ゆでやさい	おからドーナツ
14	水	ふりかけおにぎり、とうふボール、スティックやさい、くだもの	あおなとじゃこのむしぼん
15	木	さけおにぎり、てづくりソーセージ、ふかしもち、くだもの	ラスク
16	金	ひじきごはんおにぎり、ちくわのいそべあげ、トマト、ヤクルト	おぐらみるくゼリー
17	土		
18	日		
19	月	あいじょうべんとう	ヨーグルト
20	火	てんしんどん、はるさめスープ、ごまずあえ、くだもの	おやつやきそば
21	水	まーぼーどうふどんぶり、ちゅうかスープ、かぼちゃのサラダ、くだもの	ごへいもち
22	木	にんじんごはん、みそしる、からあげ、じゃがいもどげ	プリン
23	金	ごはん、みそしる、さかなケチャップいため、サラダ、くだもの	むしぼん
24	土	※メニューは食材納品の関係で若干変更されることもあります。	
25	日		
26	月	くまさんカレー、スティックやさい、くだもの	とうふもち
27	火	ごはん、すましじる、スタミナなっとう、ポテトサラダ、ミニトマト	とうにゅうおこのみやき
28	水	ごはん、スープ、だいきこからあげ、ナムル、くだもの	チョコっとフレンチ
29	木	しょうわのひ	
30	金	ごはん、みそしる、さかなカレーふうみ、かみかみあえ、スティックやさい	ごませんべい