

4月 きゅうしょくだより

令和6年4月1日

浦和いろは保育園

行事食(4月7日) お花見

★お昼

竹の子ご飯 豆腐ハンバーグ
じゃがいもきんぴら
かきたま汁 フルーツ (オレンジ)

★おやつ さくらもち



げんきこんだて(4月19日)

★お昼

春野菜のミートスパゲティ
お花畑サラダ
じゃがいものスープ
フルーツポンチ

★おやつ

抹茶とお豆の蒸しパン

新年度スタート

ご入園、ご進級おめでとうございます。

子どもたちの健やかな成長のための栄養バランス、旬の野菜を取り入れた献立、食べることが楽しみな給食を提供していきたいと思っております。今年度もよろしく願いいたします。



春野菜の季節♪

新キャベツ、新たまねぎ、新じゃがと「新」がつく春野菜は、水分が普段食べられている野菜より多くみずみずしいのが特徴です。3月から5月にかけて出回ります。

新キャベツ…やわらかい葉が特徴。冬は身がぎっしりとしているが、春キャベツはふっわとしていて、甘味があるのでサラダなど生でもおすすめです。

新玉ねぎ…白色で辛味が少ないのが特徴。

新じゃが…皮まで食べられるのが特徴。通常のじゃがいもと比べてビタミンCが多いです。

そのほかにもアスパラガス、竹の子、そら豆など春に旬を迎える野菜がたくさんあります。ぜひ食べてください。