

ご入園・ご進級おめでとうございます



柔らかな春の日差しが降り注ぐ暖かな陽気と共に、新年度がスタートしました。新しく入園する子ども達にとっては、たくさんのお友達と一緒に食事をするこは、はじめての体験になることと思います。最初は環境が違うことで戸惑うこともあるかもしれませんが、少しずつ慣れて給食が園生活の中で楽しい時間の一つになってほしいです。

給食は好きなものだけでなく、食べ慣れていないものや苦手なものも出ると思います。調理方法や盛り付け方など工夫をし、美味しく楽しい給食にしていきたいと思っています。「〇〇食べれたよ!」と話してくれた時はたくさん褒めてあげてください。給食を通して、子どもたちの心と体の成長につなげていけるよう、保育士と連携し、安心して安全な給食を提供していきたいと思っています。一年間よろしくお願いたします。



朝ご飯を食べて登園しましょう

朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、イライラしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!



☆安心安全が第一☆

給食はおいしいことももちろん大切ですが、まずは「安心・安全」であることを一番大切にしています。給食室は常に衛生的に保ち、十分に加熱調理し温度管理にはとても気を配っています。

電解水生成装置で水と塩を電気分解させた「酸性電解水」と「アルカリ性電解水」で除菌・洗浄を徹底しています。

「酸性電解水」は菌やウイルスの除菌に高い効果があります。野菜や果物、食器や器具を洗ったり、調理中の手指の殺菌にも使用しています。

「アルカリ性電解水」は油汚れや皮脂などの洗浄力に強く除菌力もあります。おもに清掃時に使用しています。

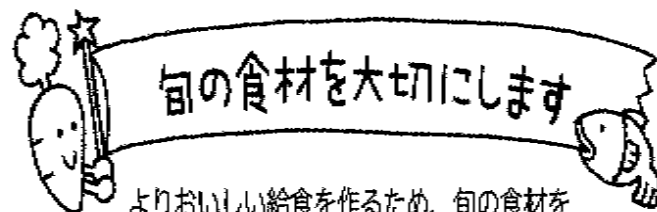
塩と水だけでできているので安心です。保育室でも活躍しています。

だし汁はすべて手作り!

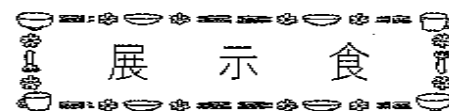
園の給食のだしはすべて手作りをしています。

- 和風だし→いりこ・昆布・かつお
- 洋風だし→鶏ガラ

手間をかけて作るだけに、自然の食材からとつただしは、やさしい味です。少し物足りなく感じるかもしれませんが、食材の味を生かした料理に仕上がります。



よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物、魚介類は旬のものほど味が良く、その時期に人間に必要な栄養素をたっぷり含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。



園児受け入れ口に、毎日その日の給食とおやつを展示しています。お迎え時ぜひ見てみてください。

給食でどんなものを食べているのかを知ってもらったり「何がおいしかった?」など、親子で給食の会話をして頂くと嬉しいです。

気になるレシピがあれば、お気軽にお声かけください☺

令和6年4月 給食献立表

「楽しく食べる子ども」に育って



ご入園・ご進級おめでとうございます。

園では「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを食育の目標にしています。

- ①おなかのすくリズム ②食べたいもの、好きなものが増える ③一緒に食べたい人がいる ④食事づくり、準備に係る ⑤食べ物を話題にする など子どもたちが生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本をご家庭とともに育みましょう。



日	曜日	献立名	3時のおやつ	黄の仲間 (熱や力になるもの)	赤の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)	朝のおやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	
1	月	入園式									
2	火	ご飯 肉豆腐の卵とじ 酢みそ和え 中華スープ 果物	牛乳 ジャムサンドクラッ カー	米 麦しらす 油 砂糖 ごま ごま油 クラッカー いちごジャム せんべい	牛肉 豆腐 卵 竹輪 みそ わかめ かまぼこ いりこ 牛乳	人参 ねぎ キャベツ もやし ネーブル	お茶 せんべい	592	24.8	21.2	
3	水	ご飯 魚のあんかけ かき玉汁 果物	牛乳 黒糖蒸しパン	米 麦 でんぷん 油 砂糖 小麦粉 黒砂糖	たら 卵 かまぼこ いりこ 牛乳 チーズ	玉葱 人参 キャベツ さやいんげん チンゲン菜 デコポン レーズン	お茶 チーズ	537	24.0	12.8	
4	木	ご飯 ホワイトシチュー ごまサラダ 果物	牛乳 ラスク	米 麦 じゃがいも コーン 小麦粉 バター ごま 砂糖 パン ビスケット 油	鶏肉 スキムミルク ハム 牛乳	玉葱 人参 グリンピース キャベツ きゅうり ネーブル	お茶 ビスケット	535	20.5	19.5	
5	金	ご飯 麻婆豆腐 磯和え 果物	お茶 フルーツヨーグルト	米 麦 砂糖 ごま油 ごま でんぷん	豆腐 豚肉 みそ のり かまぼこ ヨーグルト	玉葱 干し椎茸 なら もも缶 しょうが きゅうり デコポン 人参 キャベツ パナナ みかん缶	お茶 パナナ	511	22.0	14.8	
6	土	肉うどん ツナとわかめの酢の物	牛乳 あんサンド	うどん 砂糖 ごま パン かりんとう あんこ	牛肉 いりこ わかめ ツナ 牛乳	玉葱 人参 ねぎ きゅうり	お茶 かりんとう	467	20.1	11.9	
8	月	ご飯 ポークカレー コールスロー 果物	牛乳 ごまクッキー	米 麦 じゃがいも 油 小麦粉 バター ごま 砂糖 ポーク	豚肉 牛乳 きな粉 卵 スキムミルク	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり ネーブル	お茶 ポーロ	617	18.9	20.2	
9	火	ご飯 鶏肉のオニオンソース焼き 和風サラダ 若竹汁	牛乳 ジャムサンド	米 麦 砂糖 ごま パン いちごジャム クラッカー	鶏肉 大豆 ひじき わかめ ごんぶ かつお節 牛乳	玉葱 人参 きゅうり たけのこ	お茶 クラッカー	524	22.5	15.2	
10	水	ご飯 雑菜 みそ汁 果物	牛乳 じゃがいもおやき	米 麦 油 春雨 砂糖 じゃがいも 小麦粉 せんべい	豚肉 卵 厚揚げ わかめ いりこ みそ 牛乳 スキムミルク チーズ	しょうが キャベツ もやし ねぎ 人参 干し椎茸 デコポン(はる み)	お茶 せんべい	629	23.5	20.4	
11	木	ご飯 厚焼き卵 あっさり納豆 あすか汁	フルーツコーンフ レーク	米 麦 油 砂糖 じゃがいも コーンフレーク かりんとう	卵 スキムミルク ツナ 納豆 鶏肉 みそ いりこ 牛乳	ねぎ もやし 人参 しそ葉 玉葱 チンゲン菜 パナナ パイン缶	お茶 かりんとう	563	23.7	17.3	
12	金	ご飯 魚のみそ煮 ごまマヨネーズ和え けんちん汁 果物	牛乳 マドレーヌ	米 麦 砂糖 ごま 小麦粉 マヨネーズ バター ビスケット	さわら みそ 竹輪 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ 牛乳 卵	しょうが キャベツ 人参 きゅうり ごぼう こまつな ネーブル	お茶 ビスケット	641	28.3	26.7	
13	土	スパゲティミートソース キャベツスープ	牛乳 クラッカー 果物	スパゲティ 油 小麦粉 クラッカー	牛肉 豚肉 ベーコン いりこ 牛乳 チーズ	人参 玉葱 ビーマン キャベツ パナナ	お茶 チーズ	532	21.3	17.6	
15	月	ご飯 うま煮 おかか和え みそ汁	お茶 いもかりんとう	米 麦 じゃがいも 砂糖 コーン ぎつまいも 油 せんべい	豚肉 厚揚げ かつお節 油揚げ わかめ いりこ みそ	人参 玉葱 さやいんげん キャベツ もやし だいこん しめじ	お茶 せんべい	495	20.8	10.4	
16	火	ご飯 魚の照り焼き チンゲン菜のごま和え ニラ玉スープ 果物	牛乳 ホットケーキ	米 麦 砂糖 油 ごま でんぷん 小麦粉 ポーロ	あじ 卵 ベーコン いりこ 牛乳	チンゲン菜 もやし なら 人参 デコポン(はるみ)	お茶 ポーロ	616	28.4	20.2	
17	水	ご飯 ポークビーンズ マカロニサラダ 果物	お茶 ご飯お焼き	米 麦 じゃがいも 油 マカロニ マヨネーズ ごま油 クラッカー	大豆 豚肉 ハム 卵 しらす干し	人参 玉葱 バセリ きゅうり ネーブル ねぎ	お茶 クラッカー	474	19.7	16.2	
18	木	ご飯 厚揚げの中華煮 ちりめん野菜のナムル わかめスープ	牛乳 みそ蒸しパン	米 麦 砂糖 油 ごま油 コーン 小麦粉 かりんとう	厚揚げ 豚肉 しらす干し わかめ 竹輪 いりこ 牛乳 みそ 卵	人参 玉葱 たけのこ もやし さやいんげん キャベツ	お茶 かりんとう	559	25.4	16.5	
19	金	ご飯 チーズと青菜のオムレツ 茹でブロッコリー 野菜スープ 果物	牛乳 沖繩風ドーナツ	米 麦 油 小麦粉 ごま 砂糖 せんべい	卵 チーズ ベーコン 牛乳	チンゲン菜 人参 玉葱 ブロッコリー キャベツ デコポン(はるみ)	お茶 せんべい	609	21.9	24.1	
20	土	きつねうどん 昆布豆	牛乳 果物 バウムクーヘン	うどん 砂糖 ビスケット バウムクーヘン	油揚げ いりこ 大豆 ごんぶ 牛乳	干し椎茸 人参 玉葱 ねぎ パナナ	お茶 ビスケット	562	24.5	16.8	
22	月	ご飯 親子煮 ツナ和え みそ汁	牛乳 バナナケーキ	米 麦 じゃがいも 砂糖 ふ 小麦粉 バター	鶏肉 卵 ツナ わかめ みそ いりこ 牛乳 スキムミルク チーズ	玉葱 人参 干し椎茸 もやし グリンピース チンゲン菜 キャベツ しめじ パナナ	お茶 チーズ	568	25.6	15.4	
23	火	ご飯 魚のパン粉焼き じゃがいもとピーマンのソテー 卵スープ 果物	お茶 ヨーグルト寒	米 麦 パン粉 マヨネーズ じゃがいも 油 でんぷん 砂糖 かりんとう	丸サベコン ごんぶ 卵 わかめ かつお節 寒天 ヨーグルト	バセリ 青ピーマン 玉葱 パナナ みかん缶 パイン缶 ネーブル	お茶 かりんとう	518	22.4	15.3	
24	水	ご飯 肉じゃが 即席漬け 豆乳汁	牛乳 きなこマフィン	米 麦 じゃがいも しらす 油 砂糖 小麦粉 ポーロ	牛肉 ごんぶ 豆腐 みそ 豆腐 いりこ 牛乳 きな粉 スキムミルク 卵	玉葱 人参 さやいんげん キャベツ きゅうり 干し椎茸 ねぎ	お茶 ポーロ	601	22.2	20.7	
25	木	かしわごはん 豆腐とツナの小判焼き 菜の花和え はんぺん汁	牛乳 フルーツサンド	米 油 パン粉 マヨネーズ パン 砂糖 クラッカー	鶏肉 油揚げ 豆腐 ツナ スキムミルク 卵 ごんぶ はんぺん かつお節 牛乳 生クリーム	人参 ごぼう グリンピース 玉葱 だいこん ほうれんそう ねぎ もも缶	お茶 クラッカー	664	30.5	26.8	
26	金	ご飯 魚のごまソースかけ 即席漬け 汁ピーマン 果物	牛乳 じゃがいもおやき	米 麦 小麦粉 油 ごま 砂糖 ピーマン じゃがいも せんべい	赤魚 ごんぶ 豚肉 いりこ 牛乳 卵 スキムミルク チーズ	キャベツ 玉葱 人参 もやし ねぎ デコポン(はるみ)	お茶 せんべい	600	26.0	21.7	
27	土	野菜ラーメン ごぼうサラダ	牛乳 果物 バウムクーヘン	中華めん ごま油 砂糖 マヨネーズ コーン バウムクーヘン	豚肉 みそ 牛乳 かつお節 ツナ チーズ	人参 キャベツ もやし 玉葱 ごぼう パナナ	お茶 チーズ	529	20.2	13.6	
30	火	ご飯 柳川煮 春雨スープ 果物	牛乳 チーズ入り蒸しパン	米 麦 油 砂糖 春雨 小麦粉 バター ビスケット	豚肉 卵 ベーコン いりこ 牛乳 チーズ	ごぼう 人参 干し椎茸 玉葱 さやいんげん キャベツ きくらげ ネーブル	お茶 ビスケット	599	21.9	19.5	

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。