



4月の献立表



令和6年4月1日 東部保育園



ご入園・ご進級おめでとうございます



あたたかな春の日差しとともに、新しいクラスでのわくわく新年度がスタートします。子どもたちに「給食大好き！」と思ってもらえるよう、給食室からおいしい「におい」、おいしい「音」、「おいしい食事」をたくさん届けていきたいと思ひます。今年度もよろしくお願ひいたします。

曜日	月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび	土ようび
	1	2	3	4	5	6
食事メニュー	五目かき玉うどん わかめナムル さつまいもの甘煮 いちご	ごはん 魚の黄金焼き きゅうりとツナの酢の物 ジャーマンポテト ほうれん草のみそ汁	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き あすっこののり和え 人参のマヨネーズ和え とろろ昆布汁	ごはん 魚の磯辺揚げ 春雨の酢の物 高野豆腐煮 春キャベツのみそ汁	大豆とひじきのドライカレー じゃこサラダ わかめスープ りんご	
午前おやつ	牛乳 ビスケット	牛乳 チーズ	牛乳 ポーロ	牛乳 せんべい	牛乳 バナナ	午前おやつ
午後おやつ	お茶 ひじきチャーハン	牛乳 高野豆腐ブリッツ	牛乳 きな粉サブレ	牛乳 いちごババロア	牛乳 シンジャーラスク	午後おやつ
	8	9	10	11	12	13
食事メニュー	ごはん 鶏肉の香味焼き スパゲティ ミニトマト 豆腐のみそ汁	十六穀米ごはん 魚の生姜醤油煮 ブロッコリーサラダ さつまいものみそ汁 オレンジ	ごはん おからナゲット 大豆とひじきの煮物 きゅうりの塩昆布和え もやしのみそ汁	ごはん 新玉ねぎの肉詰め 春野菜サラダ 金時豆煮 しじみ汁	ごはん 魚のタンドライー焼き 菜種和え エリンギのみそ汁 バナナ	
午前おやつ	牛乳 干し芋	牛乳 青のりポテト	牛乳 ジャムトースト	牛乳 じゃこ煮	牛乳 かぼちゃ煮	午前おやつ
午後おやつ	牛乳 おからもち	お茶 ごまたくおにぎり	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳 新じゃがおかかフライ	牛乳 おかずいりこ 桜クッキー	午後おやつ
	15	16	17	18	19	20
食事メニュー	春野菜のクリームスパゲティ コロコロサラダ かぼちゃグリル オレンジ	はと麦ごはん 魚の塩しモン焼き 牛肉サラダ たけのこの煮物 えのきのみそ汁	ごはん きゃべつメンチカツ ごまポテトサラダ 人参グリル あすっこのみそ汁	お弁当の日 	ふわふわ丼 スナップエンドウのナムル 新じゃがの甘煮 りんご	
午前おやつ	牛乳 ウエハース	牛乳 人参煮	牛乳 玄米ほんせん	牛乳 かりんとう	牛乳 ブルー	午前おやつ
午後おやつ	お茶 五平もち	牛乳 ツナマヨ蒸しパン	牛乳 フルーツサンド	牛乳 桜クレープ	牛乳 みそスコーン	午後おやつ
	22	23	24	25	26	27
食事メニュー	豆乳黒糖パン 鶏肉のマーレード焼き コールスロー 春雨スープ バナナ	ごはん 魚のあけぼの焼き 納豆和え ぬか漬け なめこのみそ汁	★お誕生会メニュー たけのこごはん 鶏肉のゆかり揚げ アスパラサラダ 春野菜スープ いちご 	ごはん 魚のみそ煮 レモン醤油和え ふきとツナの煮物 小松菜のみそ汁	ごはん ししゃも焼き 新玉ねぎのサラダ ミニトマト しめじのみそ汁	
午前おやつ	牛乳 野菜チップス	牛乳 クラッカー	牛乳 クッキー	牛乳 ふかし芋	牛乳 ドーナツ	午前おやつ
午後おやつ	お茶 しょうがおにぎり	牛乳 お豆腐マフィン	牛乳 パースデーケーキ	牛乳 おやつ昆布スナツ麩	牛乳 甘辛いりこ	午後おやつ
	29	30	4月の旬の食材 新じゃが、ふき、よもぎ、たけのこ、アスパラ、新たまねぎ、春キャベツ、菜の花、あすっこ、絹さや、わかめ、さわら、さより、いちご、甘夏など			
食事メニュー	昭和の日	ごはん 豚肉ときゃべつのみそ炒め もやしナムル チンゲン菜のみそ汁 オレンジ	4月18日(木) 全クラスお弁当日です。 準備をお願いします。 			
午前おやつ		牛乳 人参チップス				
午後おやつ		牛乳 塩しモンじゃがバター				

保育園の給食



※給食に使用する食材は、なるべく地元産のものを使用し、地産地消に努めています。野菜、お米、パン、肉、魚、牛乳などの食材は地元の業者さんより注文しています。保育園の畑で収穫した野菜も使用しています。

※季節の食材や添加物の少ない食材を使用し、安心・安全に食べられる食事を心がけています。
・豆類、もちや団子類については、たんぼぼ組・すみれ組・ちゅうりっぷ組・なのはな組は、給食とおやつ共に他の食材に変えています。

・ミニトマト、ぶどうなどの球状の食材を出す場合、たんぼぼ組、すみれ組、ちゅうりっぷ組、なのはな組は大きさに応じて1/2または1/4に切っています。

・なのはな組以上のクラスで五目豆など豆類を提供する場合は、やわらかく調理し、食べる時にも安全に十分配慮しています。

・季節の食材を取り入れ、子どもたちには旬の食材のおいしさを伝えています。



食べにくいお子さんについては、クラスで小さく切るなどして個々に対応しています。

・調味料などは、なるべく無添加のものを使用しています。

※2歳児のお子さん(ちゅうりっぷ組・なのはな組)は、新年度は小さいクラスと同じように対応していますが、少しずつ次年度に向けて秋頃からこすもす組以上向けに慣らしていきます。食材や個人差に合わせ、食べにくいおさんは更にクラスで小さく切るなどの個々に合わせた対応をしています。

※みそはすべて園で手作りしています。



園で使用するみそは、全て園で手作りしています。冬にはあじさい組が地域の方たちと一緒にみそ作りをします。

※お米は「3分づき米」を使用しています。

精米の際に胚芽を一部残して精米した「分づき米」は、胚芽の栄養素(食物繊維やカルシウム、鉄、ビタミン、ミネラルなど)が残り、栄養価が高くなります。また、園では月に2回、はと麦・十六穀米の雑穀入りごはんを取り入れています。ビタミン、ミネラルが豊富で栄養価が高く、よく噛んで味わうことで、子どもたちの体を内側から元気に、丈夫にしてくれます。たんぼぼ組・すみれ組は、咀嚼、消化のことを考慮して、7分づき(白米)を使用しています。

※おやつは手作りし、おにぎりや季節の野菜などを取り入れています。



1、2歳児は午前と午後の2回、3~5歳児は午後1回おやつを食べています。子どもにとってのおやつは、楽しみのためだけでなく、栄養補給をするという大切な役割があるため、おにぎりや季節の野菜、芋類などを取り入れることにより、食事で不足した栄養素を補うようにしています。

※リクエスト献立

子どもたちの食べたいメニューを各クラスの子どもたちの声を中心に取り入れ、月に1回「リクエスト献立の日」を設けています。

※食材、行事等で献立を変更することがあります。
※小さいクラスは、嚥下力を考慮して、食材やメニューが変わる場合があります。
※献立表は東部保育園HPにも記載してあります。