

# 4月 こんがて

あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだの調子をととのえる	きいろのなかま エネルギーのもとになる	その他調味料	主食
-------------------	-------------------------	------------------------	--------	----

令和6年度

# 給食だより

「ご入園・ご進級おめでとうございます」

子どもたちにとっての食事は、心身の健やかな発達とともに、将来にわたる正しい食習慣の基礎を築くために大切です。そのため、園では『食育』を保育の柱の一つに位置づけ、豊かな食の体験を積み重ねていくことができるよう努めています。

★安全な食事の提供

- 食中毒を防ぐために加熱調理を中心に提供しています。
- 加工品・輸入食品の使用は極力控えます。

★子供にふさわしい食事の提供

- 調理方法・盛付を工夫しています。
- 栄養面に配慮し、薄味を心がけています



★一日あたりの給食目安量

- 3歳未満児 昼食+午前・午後のおやつ 50%  
(家庭での朝食・夕食 各25%)
- 3歳以上児 昼食+おやつ 40%  
(家庭での朝食・夕食 各30%)

## 『新入園児の保護者の皆様へ』

子どもたちにとって、入園は大きな環境の変化です。園での生活や給食に慣れるまでは、給食を食べる量が少ないかもしれません。日中、元気に活動出来るように、朝ご飯を食べてから登園するようにお願いします。朝食をしっかりすると、体が元気に動き、頭の働きも活発になります。体を中から温め、体温を一定温度に高めるのは、食べ物だけです。タンパク質の多い食べ物や、エネルギーを出すためのご飯やパンを組み合わせてしっかりと食べられるといいですね。



1	月	☆春休み☆					
2	火	☆春休み☆					
3	水	☆春休み☆					
4	木	☆春休み☆					
5	金	☆春休み☆					
8	月	☆春休み☆		お知らせ			
9	火	<午前保育のため給食はありません>		プチアリス利用者には春休みと午前保育の献立表が別紙で配布されておりますので、ご覧になり、ご準備下さい。 			
10	水	<午前保育のため給食はありません>					
11	木	<午前保育のため給食はありません>					
12	金	<午前保育のため給食はありません>					
15	月	【給食開始】 カレーライス サラダ 牛乳 おめでとうデザート	豚肉・ツナ・牛乳・豆乳・大豆	たまねぎ・にんじん・切干大根・きゅうり・もやし・果物	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	カレールウ・ケチャップ・しょうゆ・ソース・酒・酢	ごはん
16	火	メンチカツ もやしの中華和え みそ汁 果物	みそ・鶏肉・豚肉・卵	もやし・きゅうり・コーン・大根・チンゲン菜・玉ねぎ・果物	油・いりごま・ごま油・じゃがいも・砂糖・パン粉・小麦粉	しょうゆ・砂糖・酢・塩・ソース・ホクフイヨン	五目ごはん
17	水	ミートソーススパゲティ ハム入りブロッコリーサラダ 牛乳 果物	豚ひき肉・ロースハム・牛乳	にんじん・ブロッコリー・キャベツ・コーン・玉ねぎ・トマト缶・パセリ・果物	油・マヨネーズ・砂糖	塩・酢・コンソメ・ケチャップ	スパゲッティ
18	木	星のハンバーグ おかか和え みそ汁 果物	ちくわ・かつおぶし・みそ・鶏肉・たまご・豆腐・豚肉	たまねぎ・えだまめ・ほうれん草・にんじん・キャベツ・かぶ・小松菜・果物	巻粉・パン粉・小麦粉・油・じゃがいも・砂糖	塩・しょうゆ・みりん・酒・ケチャップ	ごはん
19	金	サバの味噌煮 ポテトサラダ ニラの卵みそ汁 ディズニーチーズ	さば・鶏卵・豆腐・みそ・チーズ	にんじん・きゅうり・コーン・にら・玉ねぎ・しょうが	じゃがいも・マヨネーズ・油・砂糖	塩・しょうゆ・みりん・酒	ごはん
22	月	ササミカツ ツナサラダ みそ汁 果物	鶏肉・ツナ・わかめみそ	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・果物	小麦粉・パン粉・油・マヨネーズ・小麦粉・砂糖・米粉	ソース・塩・しょうゆ	ごはん
23	火	【食育の日】 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ みそ汁 旬の果物	つきこんにゃく・鶏肉・さつま揚げ・大豆水煮・豚ひき肉・みそ・かつお節・わかめ	かぶ・たけのこ・にんじん・干しいだけ・絹さや・もやし・大根・しょうが・果物	じゃがいも・砂糖・油	しょうゆ・酒	ごはん
24	水	【4月の誕生日会】 肉団子 唐揚げ ツナサラダ コーンスープ セリー	ツナ・鶏肉・豚肉	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・たまねぎ・しょうが・フルーツ果汁	油・パン粉・砂糖・小麦粉・米粉	コーンクリーム・塩・しょうゆ・ケチャップ・酢	わかめごはん
25	木	<お弁当デーのため給食はありません>					
26	金	赤魚の塩麹焼き じゃがいものカレーソテー みそ汁 クリームコンフェ	赤魚・油揚げ・みそ・たまご・牛乳	たまねぎ・にんじん・ピーマン・長ねぎ・キャベツ・えのき	じゃがいも・油・小麦粉・マーガリン	塩麹・塩・カレー粉	ごはん
30	火	中華丼 サラダ スープ 果物	豚肉・かまぼこ・ツナ・わかめ	白菜・玉ねぎ・にんじん・干しいだけ・チンゲン菜・しょうが・ほうれん草・もやし・コーン・キャベツ	油・片栗粉・ごま油・マヨネーズ	中華だし・塩・しょうゆ	ごはん

\* 献立内容を変更する場合があります。\* 調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵の入っていない製品を使用しています。  
\* スプーンマークの日はスプーンを持たせてください。 \* フォークマークの日はフォークを持たせてください。

