

4月の献立表

令和7年度 干波保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|--|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ごはん すきやきふうに きゅうりのつけもの みそしる | ロールパン さけのムニエル もやしのカレーいため コンソメスープ | ねぎぶたごはん ごもくきんぴら みそしる | みそうどん さつまいもとコーンの サラダ ヨーグルト | ベーコンピラフ やさいサラダ | |
| スキムミルク あんパン ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに | スキムミルク いももち ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にぎかな | スキムミルク いちご・せんべい ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに | スキムミルク かし ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・にぎかな | スキムミルク むぎちや かし りんごジュース やさいいりおかゆ ふに | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| しらすごはん きりぼしだいこんの もの みそしる | ゴマロール とうふとキャベツの メンチカツ わかめのあえもの すましじる | ごはん ホキのみそマヨやき こうやどうふのもの すましじる | ロールパン とりにくの マーマレードやき チーズいりポテトサラダ コンソメスープ | やさいラーメン ハッシュドポテト ピーチゼリー | まぜごはん にももの |
| スキムミルク クリームパン ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに | スキムミルク バナナ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに | スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にぎかな | スキムミルク ブルーベリーヨーグルト はらじゆくドック ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・とうふに | スキムミルク むぎちや かし やさいジュース やさいいりおかゆ にぎかな | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| さけごはん きりこんぶのもの みそしる | はいがロール ようふうどりの からあげ にんじんサラダ すましじる | スパゲッティ ナポリタン チキンナゲット コンソメスープ ようなしコンポート | ロールパン だいこんのグラタン ブロッコリーの マヨあえ コンソメスープ | とりごぼうごはん だいこんとぶたにくの もの みそしる | ツナピラフ やさいソテー |
| スキムミルク メロンパン ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にぎかな | スキムミルク いちごケーキ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに | スキムミルク おかかおにぎり ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ふに | スキムミルク オレンジゼリー かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに | スキムミルク むぎちや かし りんごジュース やさいいりおかゆ ふに | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| ウインナーごはん ブロッコリーと ポテトソテー すましじる | にくうどん もやしのサラダ ひとくちゼリー | ごはん タラのちゅうかふうやき ほうれんそうと しめじのソテー みそしる | ロールパン はなしゅうまい ちゅうかあえ ちゅうかスープ | たけのこごはん ごもくひじきに みそしる | まぜごはん にももの |
| スキムミルク いまがわやき(カスタード) ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに | スキムミルク ツナサンド ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ふに | スキムミルク にんじんケーキ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にぎかな | スキムミルク いちごグレープ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに | スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに | スキムミルク むぎちや かし やさいジュース やさいいりおかゆ にぎかな |
| 28 | 29 | 30 | そのひにつかう、たべものイラストがのってるよ！ なににはいつているかな？ さがしてみてね！ | | |
| ごはん カレイのさいきょうやき れんこんのきんぴら すましじる | しょうわのひ | デニッシュパン ポークシチュー ブロッコリー コンソメスープ | ちゅうしよく あかいじはあたらしい メニューです | 10じのおやつ 3じのおやつ | |
| スキムミルク かし ぎゅうにゅう | | スキムミルク プリン | | | |

給食だより

4月の目標 新しいクラスでの 給食になれよう



新しい年度がはじまります

ご入園・ご進級おめでとうございます。
子どもたちは新しい出会いに胸をときめかせていることでしょう。

朝食は1日の始まりに欠かせない大切なエネルギー源ですので、しっかり食べて登園するようお願いします。
10時のおやつは、未満児はスキムミルクを飲みます。以上児は、麦茶で水分補給をします。

保育園の献立は子どもの好きなものばかりではなく、少し苦手な魚や野菜などの様々な食材を取り入れています。また、季節ごとに旬の食材を使用し、子どもたちの食事が楽しくなるよう、豊富なメニューや行事食を提供しています。給食はできるだけ手作りを意識して作っています。
お汁のだしは煮干しや削り節、昆布からとっています。離乳食は昆布からだしをとって使用しています。
未満児にはチョコ味のものは出しませんのでご了承ください。
毎日の献立は、サンプルを提示しています。また毎月、行事食や食育、子どもたちの様子をホームページに公開しています。是非ご活用ください。

今年度もご家庭との協力をはかり、子どもたちの健康を支えていきたいと思ひます。また、安全で美味しい給食を目指してまいりますので、よろしくお願いいたします。

〈保育園給食の栄養区分について〉

| | 家庭 (朝食) | 保育園給食 (昼食・おやつ) | 家庭 (夕食) |
|-------|---------|----------------|---------|
| 3歳未満児 | 25% | 50% | 25% |
| 3歳以上児 | 30% | 40% | 30% |

◎保育園給食は子どもが1日に必要な栄養の約半分を占めています。



手作りの味噌食べました！

仕込んでから、約半年の熟成期間を経て、昨年度卒園したローズ・サクラ組さんが作った味噌ができました。味噌は3月の給食で、味噌汁に使用し、全クラスに提供しました。
できた味噌を子どもたちに見せて、匂いを嗅いでもらおうと、「大豆の匂いがするー」「なんか醤油みただねー」など様々な声が聞こえました。
自分たちで作った味噌を味噌汁にすることで、みんなとても喜んでたくさん食べてくれました。とても良い食育になり嬉しく思います。



おかゆ・やさいに
にざかな

おかゆ・やさいに
ひきにくに

りにゆうしょく

☆献立は食材により
変更することがあります

