



給食だより4月



ご入園おめでとうございます。

心身共に著しい成長を見せてくれる乳幼児期、子ども達が健康で楽しい園生活が送れるように、栄養のバランスがとれ、子ども達に喜ばれる食事作りを心がけていきたいと思ひます。

保育園の食育全体目標

楽しく食べる子ども～食を営む力の基礎を培う～

おなかがすくリズム
の持てる子ども



一緒に食べたい人が
いる子ども

食事作り、準備に
かかわる子ども



食べたいもの、
好きなものが増える
子ども



食べ物を話題に
する子ども



具体的には・・・



★4月から3歳以上児にも、主食の提供を始めます。
温かいご飯や、バリエーション豊かな給食を提供していきます。



★いろいろな食品を取り入れ、素材の味を生かした味付けを心がけます。



★旬の食材を使用し、季節感のある食事にします。



★個々に合わせた切り方、盛り付け方に配慮します。

★クラス配膳、バイキング会食などを行い食事や行事食が楽しめるように工夫しています。

★調理保育や野菜栽培などを通し、食べ物に対する興味、関心、親しみが持てるようにします。



★食べ物と体の関係を伝え、食べ物大切さを知らせます。

★衛生面には十分注意を払い、安全な食事を提供します。



放射能測定についてのお知らせ

一寿会4園の保育園では、4カ月に1回を目安として給食食材の放射能測定を実施しております。セシウム137・セシウム134いずれも不検出という結果が出ております。

次回は5月ごろに実施予定です。結果は、給食だよりでお知らせいたします。これからも安全を考え、日々の給食作りに励んでいきたいと思ひますので、ご理解とご協力をお願い致します。

令和2年度

4月 予定献立表

住吉台保育園

使用食材

日	曜日	未満児 午前のおやつ	主食	昼食	午後のおやつ	使用食材		
						体をつくる 赤	力になる 黄	病気から 守ってくれる 緑
1	水	チーズ	ご飯	唐揚げ フライドポテト ひじきスープ りんご	きな粉ボーロ 牛乳	鶏肉、豆腐、ベーコン、 卵、牛乳、きな粉	米、片栗粉、サラダ油、 じゃが芋、小麦粉	生姜、ひじき、小松菜、玉ねぎ、 人参、長ねぎ、りんご
2	木	青のりせんべい 牛乳	ご飯	鮭の照り焼き ほうれん草の海苔和え 豚汁 グレープフルーツ	オレンジケーキ (牛乳)	鮭、豚肉、豆腐、卵、牛乳	米、じゃが芋、小麦粉、 マーガリン、砂糖、マー レード	ほうれん草、人参、海苔、白 菜、大根、しめじ、長ねぎ、 グレープフルーツ
3	金	プリン	食パン	クリームシチュー ブロッコリー トマトとシラスの和え物 パナナ	バターしょう油 風味粉ひき芋 牛乳	鶏肉、牛乳、しらす干 し、牛乳	食パン、じゃが芋、小麦粉、 マーガリン、マヨネーズ、こ ま、バター	玉ねぎ、人参、キャベツ、ブ ロッコリー、トマト、小松 菜、わかめ、パナナ
4	土	クッキー 牛乳	ご飯	チンジャオロース かぼちゃの煮物 りんご	菓子 牛乳	豚肉、牛乳	米、片栗粉、サラダ油、 砂糖、三温糖	生姜、ピーマン、たけのこ、 人参、長ねぎ、南瓜、りんご
6	月	塩せんべい りんごジュース	ご飯	マーボー豆腐 油麩の味噌汁 グレープフルーツ	きな粉トースト 牛乳	豆腐、豚挽き肉、牛乳、 きな粉	米、サラダ油、三温糖、片栗 粉、里芋、油麩、食パン、 マーガリン、砂糖	生姜、にんにく、玉ねぎ、人 参、万能ねぎ、大根、ごぼ ろ、グレープフルーツ
7	火	クッキー 牛乳	ご飯	八宝菜 さつま汁 パナナ	五平餅 (牛乳)	豚肉、豆腐	米、サラダ油、砂糖、こま 油、片栗粉、さつま芋、しら たき、三温糖	白菜、人参、絹さや、長ね ぎ、生姜、にんにく、ごぼ ろ、万能ねぎ、パナナ
8	水	たまごせんべい	ご飯	ハヤシライス 中華サラダ りんご	マドレーヌ 乳酸菌飲料	豚肉、鶏ささみ、乳酸菌 飲料	米、サラダ油、じゃが 芋、ハヤシルウ、砂糖、 ごま油、ごま	人参、グリーンピース、きゅう り、わかめ、青梗菜、りんご
9	木	フルーチェ	食パン	豆腐ピザ グリーンサラダ オレンジ	しらすチャーハン 牛乳	豆腐、チーズ、豚挽き 肉、牛乳、大豆、しらす 干し	食パン、砂糖、片栗粉、 サラダ油、米、ごま	玉ねぎ、人参、ピーマン、ア スパラガス、キャベツ、コー ン、オレンジ、高菜漬
10	金	パイ 牛乳	ご飯	たらのカレムニエル スティック野菜 春雨スープ パナナ	焼き芋 牛乳	たら、牛乳	米、小麦粉、サラダ油、パ ター、マヨネーズ、春雨、こ ま、さつま芋	人参、きゅうり、玉ねぎ、青 梗菜、パナナ
11	土	青のりせんべい 牛乳	ご飯	豚肉と大根の煮物 小松菜のおかか和え グレープフルーツ	菓子 牛乳	豚肉、かつお節、牛乳	米、サラダ油、三温糖	大根、人参、絹さや、小松 菜、グレープフルーツ
13	月	ウエハース 牛乳	ご飯	肉じゃが キャベツサラダ りんご	ココアワッフル (ウエハース)	豚肉、ハム	米、サラダ油、じゃが 芋、しらす、砂糖	人参、玉ねぎ、グリーンピー ス、キャベツ、きゅうり、り んご
14	火	揚げせんべい	ご飯	かれのい、の煮つけ さつま芋の甘煮 ほうとう パナナ	ウインナーとチーズ 蒸しパン 牛乳	かれのい、豚肉、油揚げ、 牛乳、チーズ、ウイン ナー、卵	米、三温糖、さつま芋、砂 糖、うどん、ホットケーキ ミックス、サラダ油	生姜、南瓜、白菜、大根、人 参、長ねぎ、しめじ、パナナ
15	水	クッキー オレンジジュース	ご飯	鮭の西京焼き ひじきの煮物 ココロ納豆和え グレープフルーツ	焼きそば	鮭、高野豆腐、油揚げ、 納豆、豚肉	米、砂糖、ごま油、中華 麺、サラダ油	ひじき、人参、いんげん、大 根、きゅうり、グレープ フルーツ、キャベツ、もやし
16	木	ゼリー	食パン	鶏肉のトマト煮込み ブロッコリー サラダ オレンジ	さつま芋ごはん 牛乳	鶏肉、ハム、卵、牛乳	食パン、サラダ油、三温糖、 マヨネーズ、米、さつま芋、 ごま	玉ねぎ、人参、トマト缶、パ セリ、ブロッコリー、オレンジ ジュース
17	金	ビスケット 牛乳	そぼろ丼	小松菜のツナ和え さつま芋の味噌汁 パナナ	フルーツヨーグルト 和え	豚挽き肉、高野豆腐、 卵、ツナ、ヨーグルト	米、砂糖、サラダ油、さ つま芋、ホイップクリ ーム	絹さや、小松菜、人参、もやし、玉 ねぎ、大根、青梗菜、万能ねぎ、パナナ、 白飯、りんご、ミカド、バナナ
18	土	塩せんべい 牛乳	ご飯	炒り豆腐 春雨ときゅうりの酢の物 りんご	菓子 牛乳	豆腐、豚挽き肉、卵、ハ ム、牛乳	米、サラダ油、砂糖、春 雨	長ねぎ、人参、いんげん、 きゅうり、もやし、りんご
20	月	サンドビスケット 牛乳	ご飯	豆腐入り松風焼き 白菜のおかか和え さつま芋サラダ オレンジ	りんごケーキ	鶏ひき肉、豆腐、牛乳、 卵、かつお節、ハム、 ヨーグルト	米、パン粉、三温糖、こま、サ ラダ油、さつま芋、マヨネーズ、砂糖、 ホットケーキミックス、バター	長ねぎ、玉ねぎ、白菜、人 参、きゅうり、オレンジ、り んご、レーズン
21	火	サラダせんべい 牛乳	豚丼	切干大根のサラダ 豆腐の味噌汁 りんご	フライドポテト 牛乳	豚肉、ハム、豆腐、牛乳	米、サラダ油、砂糖、こ ま、じゃが芋	玉ねぎ、人参、切干大根、 きゅうり、わかめ、長ねぎ、 りんご
22	水	ヨーグルト	食パン	ポテトグラタン ミニトマト かぼちゃのスープ パナナ	ひじきのさっぱり 混ぜご飯 牛乳	ベーコン、牛乳、チー ズ、しらす干し	食パン、じゃが芋、サ ラダ油、バター、小麦粉、 米、ごま	玉ねぎ、ミニトマト、ブロッ コリー、ミニトマト、南瓜、パ ナナ、ひじき
23	木	塩せんべい	ひよこ ライス	※厚生食 鶏肉のさっぱり煮 カラフル ポテト アマノイモ 春野菜スープ いちご	とらが焼き	鶏肉、ベーコン、豆乳、 あずき	米、三温糖、じゃが芋、 バター、砂糖	玉ねぎ、海苔、生姜、ほうれ ん草、人参、コーン、キャベ ツ、アスパラガス、いちご
24	金	チョコウエハース 牛乳	ご飯	タラのみぞれ煮 じゃが芋甘辛炒め 大根サラダ グレープフルーツ	さつま芋ドーナツ	たら、ハム、豆乳	米、片栗粉、砂糖、サ ラダ油、ごま、さつま芋、 小麦粉	大根、人参、万能ねぎ、きゅ うり、グレープフルーツ
25	土	揚げせんべい 牛乳	ご飯	鶏肉とじゃが芋の煮物 ごま和え パナナ	菓子 牛乳	鶏肉、牛乳、しらす干 し、牛乳	米、じゃが芋、しらす 干し、砂糖、サラダ油、こ ま	小松菜、もやし、人参、パナ ナ
27	月	甘せんべい 牛乳	ご飯	揚げだし豆腐のそぼろあんかけ ポテトサラダ りんご	大学芋	豆腐、豚挽き肉、ハム	米、片栗粉、サラダ油、三温糖、じゃ が芋、マヨネーズ、さつま芋、砂糖、 ごま	長ねぎ、グリーンピース、人 参、きゅうり、コーン、りん ご
28	火	プリン	食パン	ハンバーグ 人参のグラッセ コンソメパスタスープ パナナ	焼きおにぎり 牛乳	豚挽き肉、卵、ベーコ ン、牛乳	食パン、パン粉、砂糖、 じゃが芋、マカロニ、米	玉ねぎ、人参、いんげん、パ ナナ
30	木	青のりせんべい 野菜ジュース	かきたま にゅうめん	豚肉の生姜焼き ごぼうの金平 サンフルーツ	しっとりおから ケーキ 牛乳	卵、豆腐、豚肉、牛乳	そうめん、片栗粉、サ ラダ油、ごま油、砂糖	ほうれん草、えのきたけ、人 参、ごぼう、サンフルーツ

※()のついている献立は3歳以上児のみの提供となります。

★献立は、材料納入の都合などにより変更になることがありますのでご了承ください。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
3歳未満児目標	500	16~25	11~17	-
予定献立栄養量	508	18.1	15.6	1.2
3歳以上児目標	610	20~31	14~21	-
予定献立栄養量	610	22.0	18.4	1.5