

# 給食だより 4月

令和8年度 名取あけぼのこども園

## ご入園 ・ ご進級 おめでとうございます

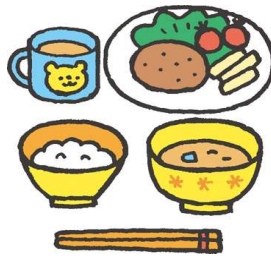
4月になり新年度を迎え、新しいクラスや先生との生活がスタートします。子どもたちは期待と不安に胸をふくらませていることと思います。名取あけぼのこども園では、さまざまな食材を取り入れ、たくさんのお友達と一緒に食べる給食や、様々な食に関する体験を通して、より食への興味が持てるような給食を提供していきたいと思っています。子どもたちの成長に応じて、安心・安全でおいしい給食を作っていきますので、今年度もよろしくお願いたします。

★毎日の給食サンプルを玄関に展示しますので、お迎えの際にご覧ください。



### ● 給食に関わっている人達はこんなにあります ●

食材を運んでくれる人  
給食を作る調理員  
献立を考える栄養士  
配膳準備をしてくれる先生



牛を育てて牛乳をしぼる人  
野菜や果物を作る人  
工場加工する人  
豚や鶏を育てている人



お米を作っている人



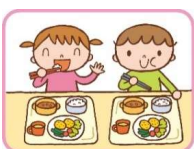
### ● おいしい給食を食べてもらうために ●

- ・主食、主菜、副菜を組み合わせた栄養バランスの良い給食提供を心がけています。
- ・大量の食材を調理しているため、うま味が凝縮し、美味しさが引き出されます。
- ・子ども達に必要な1日の栄養の約半分を昼食とおやつで摂れるように設定しています。
- ・温かい物は温かく、冷たい物は冷たく。子ども達の食べる時間に合わせて給食を作っています。



### 食育目標

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もてる子ども 】

【 食べたいもの、好きなものが増える子ども 】

【 一緒に食べたい人がいる子ども 】

【 食事づくり、準備にかかわる子ども 】

【 食べものを話題にする子ども 】

# 4月予定献立



令和8年度 名取あけぼのこども園

食材ならびに体内のはたらき

日	曜	ひよこ・りす・うさぎ組				身体を作る (赤)	力になる (黄)	病気から 守ってくれる (緑)	
		午前おやつ	主食	昼食	午後おやつ				延長おやつ
1	水	味しらべ	ロールパン	鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ ハйнаップル (牛乳)	五平もち 牛乳	ソフトサラダせんべい ジョア	牛乳 鶏肉 ハム みそ	ロールパン 米 じゃがいも もち米 マヨネーズ マカロニ 砂糖 油 片 栗粉	ホールドマト バйнаップル たまねぎ にんじん きゅうり パプリカ パ プリカ コーン にんにく
2	木	ビスコ	ご飯	鮭のコーンマヨネーズ焼き アスパラベーコン たけのこのスープ デコボン (牛乳)	ヨーグルト和え	ぼたぼた焼き	ヨーグルト じゃがいも 豆乳 ベーコン ホ イップクリーム 牛乳	米 砂糖 ごま油	デコボン もも アスパラガス キャ ベツ みかん クリームコーン たけ のこ にんじん わかめ
3	金	クラッカー	ご飯	焼肉どんぶり 切干大根と里芋のうま煮 バナナ (牛乳)	チーズケーキ 牛乳	味しらべ	牛乳 豚肉 ヨーグルト チーズ 油 揚げ 生クリーム	米 さといも 米粉 砂糖 油 砂糖 片栗粉 ごま	バナナ たまねぎ にんじん 切り干 しいたけ ビーマン レモン にん じくしょうが
4	土	揚げせんべい	ご飯	生揚げのそぼろ煮 ひじきとマヨネーズのウインナー和え オレンジ (牛乳)	ばりんこ (揚げせんべい) ジョア		牛乳 生揚げ 豚ひき肉 ベーコン ウインナーソーセージ	米 じゃがいも マヨネーズ 片栗粉 砂糖	オレンジ にんじん たまねぎ きゅ うり コーン いんげん ひじき
6	月	味しらべ	ご飯	鶏肉のカレー焼き 納豆和え キャベツのみそ汁 グレープフルーツ (牛乳)	切干大根の混ぜごはん 牛乳	ばりんこ	牛乳 鶏肉 納豆 みそ 油揚げ	米 しらたき 砂糖 ごま ごま油	グレープフルーツ キャベツ もやし にんじん こまつな えのきたけ 切 り干しいたけ にんじん わかめ にんにく
7	火	ヨーグルト	ご飯	カレイのごま風味焼き スティックきゅうり けんちん汁 バナナ	カレービーフン 牛乳	味しらべ	牛乳 かいひ 豆腐 豚肉 鶏肉 ヨーグルト	米 ビーファン ごま油 ごま油 砂 糖	バナナ きゅうり だいこん にんじ ん わさび にんじん たまねぎ ご ぼうら
8	水	ソフトサラダせんべい	ご飯	豚肉の甘みそ丼 和風ポテトサラダ オレンジ (牛乳)	ヨーグルト和え	ぼたぼた焼き	牛乳 ヨーグルト 豚肉 ホイップ クリーム みそ	米 じゃがいも マヨネーズ 油 砂 糖 片栗粉	オレンジ たまねぎ もも みかん パプリカ きゅうり にんじん チンゲ ライ コーン のり
9	木	ホームパイ	ご飯	ひじき入り麻婆豆腐 ツナごぼうサラダ いちご (牛乳)	大学芋 牛乳	ソフトサラダせんべい ジョア	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 みそ	さつまいも 米 油 砂糖 マヨネ ーズ 三温糖 油 片栗粉 ごま 砂糖	いちご にんじん きゅうり たまねぎ ごぼう わさび ひじき しょうが にん じく
10	金	ばりんこ	ご飯	赤魚の照り焼き 切干大根ののりサラダ 油揚げのみそ汁 バナナ	ハムコーン蒸しパン 牛乳	揚げせんべい	牛乳 あかお 豆腐 豆乳 ハム ツナ缶 みそ 油揚げ	米 米粉 油 砂糖	バナナ にんじん だいこん きゅう り わさび コーン 切り干しいたけ のり
11	土	ソフトサラダせんべい	ご飯	厚揚げのそぼろあん 小松菜のごま和え オレンジ (牛乳)	揚げせんべい (ソフトサラダせんべい) 牛乳		牛乳 生揚げ 鶏ひき肉 ツナ缶	米 片栗粉 ごま油 砂糖	オレンジ たまねぎ ごまつな にん じん えのきたけ
13	月	クラッカー	ご飯	大豆とひき肉のオープン焼き アスパラソテー トマトスープ グレープフルーツ	塩昆布と枝豆のおにぎり 牛乳	味しらべ	牛乳 豚ひき肉 大豆 豆腐 ベー コン みそ	米 じゃがいも 片栗粉 砂糖 ご ま油 ごま油	グレープフルーツ アスパラガス た まねぎ ホールドマト キャベツ に んじん フロccoli のり にんじん えだまめ 塩こんぶ しょうが
14	火	ヨーグルト	ご飯	鶏肉のマーマレード煮 はるさめサラダ ハйнаップル (牛乳)	ポテトチーズもち 牛乳	ぼたぼた焼き	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	米 じゃがいも 油 はるさめ 片栗 粉 砂糖 オリーブ油 ごま油	ハйнаップル きゅうり パプリカ パプリカ マーマレード コーン にんにく
15	水	白い風船	ご飯	たらの煮つけ ブロccoliのお浸し キャベツのみそ汁 オレンジ (牛乳)	にんじんご飯 牛乳	ばりんこ	牛乳 たら みそ しらす干し かつ お節	米 砂糖	オレンジ キャベツ にんじん ブロッ ccoli もやし えのきたけ にんじ ん わかめ しょうが
16	木	アスパラガスビスケット	ご飯	ボークカレー れんこんサラダ いちご (牛乳)	きな粉ポテト 牛乳	揚げせんべい ジョア	牛乳 豚肉 油揚げ きな粉	さつまいも 米 じゃがいも 砂糖 油 砂糖 ごま油	いちご にんじん れんこん たまね ぎ きゅうり コーン
17	金	マリービスケット	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き 中華風コンスープ バナナ (牛乳)	レタスチャーハン 牛乳	ソフトサラダせんべい	牛乳 さけ 豆腐 みそ ハム	米 片栗粉 砂糖 油	バナナ キャベツ にんじん クリー ムコーン たまねぎ たけのこ レタ ス ビーマン わさび にんじん たま ねぎ チンナンサイ
18	土	味しらべ	ご飯	豚肉と野菜のカレー炒め ひじきサラダ オレンジ (牛乳)	ばりんこ (味しらべ) ジョア		牛乳 豚肉 ハム	米 マヨネーズ 油	オレンジ にんじん たまねぎ きゅ うり ビーマン コーン ひじき
20	月	白い風船	ご飯	カレイのバーベキューソース わかめ風マリネサラダ 豆乳たんぱんスープ グレープフルーツ (牛乳)	おからソフトクッキー 牛乳	ばりんこ	カレイ ツナ 豚ひき肉 牛乳 おか ら きな粉	米 砂糖 油 オリーブ油 ごま ごま油 米粉	わかめ 赤ビーツ キャベツ にんじん きゅうり 小松菜 に んじん コーン のり チコパン パ ナナ みかん もも
21	火	ヨーグルト	ご飯	豆まめキーマカレー カルシウムサラダ デコボン (牛乳)	ゼリー和え 牛乳	揚げせんべい	大豆 豚ひき肉 しらす 牛乳	米 じゃがいも 油 カレールウ マヨ ネーズ ごま	グリーンピース たまねぎ にんじん トマト ひじき きゅうり 小松菜 に んじん コーン のり チコパン パ ナナ みかん もも
22	水	クラッカー	ご飯	ボークビーンズ かぼちゃのいかじゅうサラダ バナナ (牛乳)	おからドーナツ ジョア	味しらべ	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 おから 豆 乳	米 さつまいも 米粉 砂糖 油 コーンフレーク マヨネーズ 砂糖 オリーブ油	バナナ たまねぎ かぼちゃ ホル トマト フロccoli にんじん にん じく
23	木	ビスコ	ご飯	赤魚の味噌マヨネーズ焼き 大豆とひじきの煮物 わかめとたけのこのスープ いちご	たご焼き風ポテト 牛乳	ぼたぼた焼き ジョア	牛乳 あかお 油揚げ 大豆 みそ	米 じゃがいも マヨネーズ 片栗粉 油 三温糖 ごま油	いちご にんじん キャベツ たけの こ キャベツ わさび たまねぎ いん げん ひじき わかめ あおろ
24	金	味しらべ	ご飯	* お誕生会 * 納豆そぼろ丼 カレー風ポトフ ゼリー (牛乳)	いちごとあんこの蒸しパン 牛乳	ソフトサラダせんべい	牛乳 鶏ひき肉 納豆 豆乳 ベー コン こしあん	米 じゃがいも 米粉 油 砂糖 ご ま油 粉糖	にんじん たまねぎ キャベツ わさ び いんげん いちご にんにく しょうが
25	土	揚げせんべい	ご飯	肉団子の酢豚風 ナムルツナサラダ オレンジ (牛乳)	ばりんこ (揚げせんべい) 牛乳		牛乳 豚ひき肉 ツナ缶	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油	オレンジ たまねぎ にんじん ほう れんそう もやし しいたけ ビー マン
27	月	味しらべ	ご飯	豆腐のミートソース煮 ジャーマンポテト オレンジ (牛乳)	きな粉蒸しパン 牛乳	ソフトサラダせんべい	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ベーコン き な粉 豆乳	米 じゃがいも 油 砂糖 米粉 ベーキングパウダー	オレンジ たまねぎ ホールドマト ビーマン
28	火	ヨーグルト	ご飯	ビラフ 鶏肉のごま味噌焼き じゃがいもとほうれん草のスープ いちご (牛乳)	スイートポテト 牛乳	ばりんこ	牛乳 鶏肉 ベーコン みそ 豆乳 ヨーグルト	さつまいも 米 じゃがいも ごま 砂 糖 砂糖 油	いちご たまねぎ にんじん ほう れんそう コーン
29	水			* 昭和の日 *					
30	木	ホームパイ	ご飯	たらの生姜焼き かぼちゃグリル 豚汁 グレープフルーツ (牛乳)	ほうれん草ポテンテージョ 牛乳	味しらべ	牛乳 たら 豚肉 みそ ウインナー ソーセージ	米 片栗粉 米粉 マッシュポテト ごま油	グレープフルーツ かぼちゃ だい こん ほうれんそう わさび にんじ ん ごぼう しょうが



※ ( ) 内の献立は 以上児さん への提供となります。

※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。  
ご了承ください。

	4月分	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂肪 g	塩分 g
3歳未満児目標		490	15.9~24.5	10.9~16.4	1.5
予定献立栄養量		505	17.5	15.2	1.3
3歳以上児目標		580	18.7~28.9	12.8~19.2	1.7
予定献立栄養量		597	23.2	19	1.5