

2023年4月

4月の予定献立表

絆保育園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)
1	土	入園・進級式おやつ試食会(給食はありません)				
3	月	チキンカレー きゅうりの中華風 キャベツのスープ りんご	ジャム入り マフィン 保育乳	鶏肉 調製豆乳 保育乳	精白米 強化米 三温糖 じゃが芋 ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 えのき たけ キャベツ きゅうり たけのこ(水煮) りんご
4	火	のりごはん(強化米) 揚げ魚のケチャップあん ほうれん草炒め カリカリきゅうり 大根のみそ汁 ネーブル	オートミール スナック 保育乳	白身魚 青のり 豆腐 保育乳	精白米 強化米 ホールコーン オートミール コーンフレーク	大根 ねぎ きゅうり バナナ レーズン ほ うれん草 ネーブル
5	水	スパゲッティミートソース ゴマじゃが コーンスープ バナナ	いなり寿司 保育乳	粉チーズ 牛ひき肉 豚ひき肉 油揚げ 保育乳	精白米 強化米 クリームコーン ホールコーン じゃが芋 小麦粉 スパゲッティ	玉ねぎ トマト 人参 ピーマン キャベツ セロリ マッシュルー ム缶 バナナ
6	木	ごはん(強化米入) 鶏肉のさっぱり煮 きんぴらごぼう ブロッコリーのしらす和え じゃが芋のみそ汁 ネーブル	キャロットサンド ジョア(ストロベリー)	竹小町 しらす干し ツナ缶 鶏もも肉 発酵乳	精白米 強化米 じゃが芋 三温糖 食パン	しめじ ニラ 人参 ねぎ 赤ピーマン こ ぼう 糸こんにゃく ブロッコリー ネー ブル
7	金	マージンごはん 豚肉のみそ焼き かぼちゃの煮物 もずくの酢の物 魚のみそ汁 バナナ	ホットケーキ 保育乳	もずく 白身魚 豚もも肉 豆腐 保育乳	精白米 強化米 三温糖 ホットケーキミックス	大根 玉ねぎ ねぎ 赤ピーマン サラダ菜 いんげん きゅうり かぼちゃ バナナ
8	土	鶏肉の照り焼き丼 キャベツのおかかあえ ゆし豆腐汁 ネーブル	アンパンマン せんべい 保育乳	鶏もも肉 青のり ゆし豆腐 保育乳	精白米 強化米	人参 ねぎ 刻みのり さやいんげん キャ ベツ ネーブル
10	月	タコライス 芋とひじきのサラダ みそ汁 ネーブル	黒糖アガラサー 保育乳	ピザチーズ 豚肩ロース 豚ひき肉 干ひじき 保育乳	精白米 強化米 黒糖アガラサーミッ クス 三温糖 さつま芋	玉ねぎ トマト 人参 ねぎ レタス とうが ん ネーブル
11	火	ごはん(強化米入) さばのリンゴソース 春雨の中華炒め きゅうりのごま和え すまし汁 桃缶	お麩ラスク 保育乳	さば 豚もも肉 豆腐 きな粉 保育乳	精白米 強化米 おつゆふ 三温糖 春雨	玉ねぎ 人参 ねぎ いんげん えのきたけ キャベツ きゅうり しめじ たけのこ(水 煮)バナナ りんご 桃缶
12	水	ごはん(強化米入) 鶏ささみの甘酢あん トマトサラダ ゆし豆腐汁 ネーブル	焼いも 保育乳	鶏ささみ ゆし豆腐 保育乳	強化米 精白米 さつま芋	玉ねぎ トマト 人参 ねぎ レタス きゅう り チンゲン菜 ネー ブル
13	木	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ 鶏と野菜の豆乳スープ バナナ	みそおにぎり 麦茶	ツナ缶 牛ひき肉 豚ひき肉 鶏ささみ 青のり 調製豆乳	精白米 強化米 パン粉 マカロニ ロールパン	みかん缶 玉ねぎ 人 参 えのきたけ キャ ベツ きゅうり かぼ ちゃ バイン缶 レー ズン バナナ
14	金	マージンごはん 厚揚げのケチャップ ゴマじゃが 魚のみそ汁 りんご	ちんびん 保育乳	白身魚 豚もも肉 厚揚げ 保育乳	精白米 強化米 ちんびんミックス ホールコーン じゃが芋	大根 玉ねぎ 人参 パセリ バナナ フ ロココリー ほうれん 草 りんご
15	土	もずくどんぶり キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル	クリームパン 保育乳	もずく ツナ缶 豚ひき肉 豆腐 保育乳	精白米 強化米 ホールコーン クリームパン	ねぎ ピーマン 赤 ピーマン えのきたけ キャベツ きゅうり ネーブル
17	月	ごはん(強化米入) 納豆みそ かぼちゃのそぼろ 煮 ひじきのサラダ 白身魚のスープ ネーブル	人参クラッカー 保育乳	ツナ缶 白身魚 豚ひき肉 干ひじき ひきわり納豆 保育乳	精白米 強化米 ホールコーン 三温糖 小麦粉 春雨	玉ねぎ 人参 ねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり かぼちゃ ネーブル
18	火	マージンごはん レバーのゴマソースがらめ こんにゃくのソテー マッシュポテト みそ汁 ネーブル	ヨーグルト ブレッド 保育乳	ヨーグルト 豚肉 鶏ささみ 青のり 豆腐 保育乳	精白米 ホールコーン バター じゃが芋 三温糖 小麦粉 パン 粉 ホットケーキミッ クス	人参 ねぎ 小松菜 糸こんにゃく 冬瓜 バナナ レーズン ネーブル
19	水	沖縄そば かぼちゃの天ぷら きゅうりの甘酢あえ バナナ	しらすおにぎり 保育乳	丸かまぼこ 刻み昆布 しらす干し 青のり 豚三枚肉 保育乳	精白米 強化米 じゃが芋 沖縄そば (麺)	かぼちゃ ねぎ もや し 刻みのり きゅう り バナナ
20	木	フーチバージューシー 鮭のみそマヨ焼き 五目きんぴら 大根汁 バナナ	大学芋 保育乳	竹小町 鮭 ツナ缶 鶏もも肉 豆腐 保育乳	精白米 強化米 三温糖 さつま芋	大根 人参 ねぎ レ タス ごぼう 糸こん にゃく 干しいたけ バナナ よもぎ
21	金	黒米ごはん(強化米入) 鶏肉のマーマレード 野菜炒め もずくの酢物 そうめん汁 りんご	バナナ蒸しパン 保育乳	調製豆乳 もずく 鶏 もも肉 豆腐 保育乳	精白米 強化米 そうめん ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり しめじ パ ナナ ほうれん草 り んご
22	土	ハヤシライス きゅうりのサラダ わかめスープ ネーブル	はちや棒 保育乳	鶏ささみ 保育乳	精白米 強化米 じゃが芋 はちや棒	玉ねぎ 人参 みつば グリーンピース きゅう り マッシュルーム缶 ネーブル
24	月	ごはん(強化米入) 肉じゃが ひじきサラダ 魚のみそ汁 ネーブル	アップルケーキ 保育乳	白身魚 豚肉 調製豆乳 干ひじき 保育乳	精白米 強化米 ホールコーン じゃが芋 三温糖 ホットケーキミックス	大根 玉ねぎ 人参 ねぎ グリンピース きゅうり 糸こんにゃ く しめじ ネーブル
25	火	マージンごはん さばのたれ焼き 切干大根のゴマ酢 蒸しかぼちゃ みそ汁 ネーブル	もずく入り ヒラヤーチー 保育乳	もずく さば ハム 鶏ささみ 保育乳	精白米 強化米 三温糖 小麦粉	切干大根 ニラ 人参 ねぎ キャベツ きゅ うり ごぼう かぼ ちゃ ネーブル
26	水	カレーピラフ チキンナゲット ブロッコリーとトマトあえ 白菜スープ バナナ	ポップコーン 固形ヨーグルト	ヨーグルト ハム ベーコン 鶏もも肉 豆腐 きな粉	精白米 強化米 三温糖 パン粉 ロールパン	玉ねぎ トマト 人参 パセリ グリンピース しめじ 白菜 ブロッ コリー マッシュルー ム缶 バナナ
27	木	お誕生会 お弁当・水筒を持参でお願いします。				
28	金	焼肉ビビンバ ブロッコリーのサラダ 粉ふき芋 わかめスープ ネーブル	焼きいも 保育乳	青のり 保育乳	精白米 じゃが芋 さつま芋	人参 みつば もやし 小松菜 ブロッコリー ネーブル
29	土	昭和の日 祝日のため休園				

🌸 ご入園・ご進級おめでとうございます 🌸

期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指していきたいと思います。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるよう、みんなの笑顔が増えたらと願っております。

🌟 おいしい給食 楽しい給食 🌟

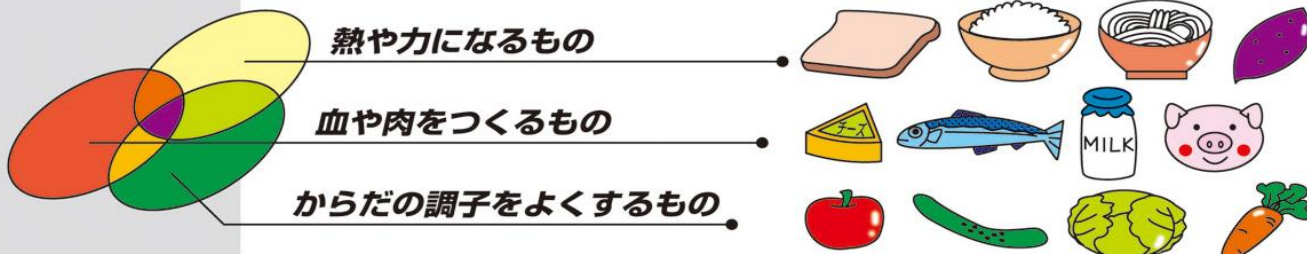
子どもたちに必要な栄養を届けるために、食の【おいしさ】はとても大切です。健康的な食を子どもたちが【おいしい】と感じることが出来るようにと保育園では多くの方が協力し、給食を作っています。

食の楽しさは、食そのもののおいさと、人とのコミュニケーションから生まれるものです。保育園では1年の様々な行事を通して季節を感じ、日本・沖縄の文化に触れることができる機会があります。子どもたちは、毎日の食事とお誕生会や行事食を通して食の楽しさと大切さを感じることが出来ます。

ご家庭でも給食の話題を増やしてみてくださいね。

- 幼児食 ● 離乳食(初期・中期・後期) ● 朝のおやつ(0～2歳児) ● おやつ
- アレルギー対応食 ● 延長保育捕食(18時～19時)
- 行事食(七夕・クリスマス・ひな祭り…など)

給食には、3つのグループの食べ物が入っています。



献立表を参考にして下さいね。



保育内容でも、食べる楽しさ、食べ方のマナーを学んでいます。

食べることは生きる基本です。

家庭・保育・地域…

ともに子どもたちの健やかな成長を願って、見守っていきましょう(^-^)/

アレルギー対応食について

園でのアレルギー対応は、医師の診断をもとに保護者の方と職員(看護師、栄養士、保育者など)が事前に面談をして行います。

- ①アレルギーの内容
- ②アレルギーの程度
- ③給食でのアレルギー対応
- ④誤食時の薬やエピペンの有無など、細やかな点も確認し合ひましょう。



給食職員紹介

🍷 うえま なつき 🍷

安心・安全で、子どもたちが笑顔で「おいしい」と言ってくれる給食(おやつ)を作りたいと思います。1年間よろしくお願いします。

🍷 たましろ みさや 🍷

ご入園🌸ご進級おめでとうございます。安心・安全・栄養満点な給食を心掛けて作ります。

🍷 きんら せつ 🍷

キッチンさんです。子どもたちの笑顔大好きです。おいしい給食作るよう頑張ります。

🍷 たはら くにょ 🍷

おいしい給食を作るように、頑張ります。1年間よろしくお願いします。

