

平成25年



4月 献立予定表



こぐま保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1) 保育開始 ごはん 鶏肉のマヨ醤油焼き キャベツ、ブロッコリーごま和え じゃが芋の煮物 みそ汁 マカロニのあべり	2) ごはん 魚の香り揚り 大根サラダ さつまいもの甘煮 すまし汁	3) 子どもパン 魚のチーズ焼き、トナ ホホトサラダ ヒーマンソテー ミルクスープ	4) 五目うどん 白和え 里芋のからあげ フリーツ	5) ごはん 煮魚 大豆とひじきの煮物 白菜のごま和え みそ汁 ココアスティック	6) 入始園式
8) ごはん 麻婆豆腐 ごぼうサラダ キャベツのしお和え 中華スープ	9) 新入進級お祝い ちらし寿司、から揚げ ブロッコリーの和え和え ホホトサラダ すまし汁	10) ごはん 魚のねぎみそ焼き うの花の炒り煮 しおれん算 和え和え かき玉、汁	11) 肉みそラーメン 高野豆腐と小松菜 合め煮 レタスときゅうりの酢漬	12) ごはん 魚の和風ムニエル さつまいもの煮、火 おがき和え みそ汁	13) お女子み焼き スープ
4-チーズビスケット	ヨーグルト、いちご	スイートポテト	ホホトケーキ、りんご	バナナシフォンケーキ	
15) ごはん 湯豆腐 野菜のから揚げ アスパラのサラダ みそ汁 焼きじゃが芋	16) ごはん 魚のかり身焼き カリカリ大根の煮、火 キャベツソテー みそ汁	17) 子どもパン じゃが芋のミト4ス焼き グリーンサラダ 人参グラッセ スープ	18) 進級開校日 ごはん 炭煎煮 ブロッコリー菜穂和え フリーツ みそ汁	19) ごはん 魚の塩焼き 肉じゃが 青菜の和え和え みそ汁	20) おにぎり 月夜汁
22) ごはん 八宝菜 さつまいものから揚げ ひじきの和え和え 中華スープ ミルクくずし菜	23) ごはん 魚のフライ、レタス キャベツのホトサラダ しおれん算 和え和え みそ汁	24) 弁当 	25) スイーツ 野菜サラダ 粉ふき芋 スープ 花おにぎ	26) 4月の子ごはん 魚の刺身焼き じゃが芋のみそ煮 酢のもの すまし汁 おかりクッキー	27) 豚丼 フリーツ
29) ひばりの日	30) ごはん 魚のコンマヨ焼き ひじきソテー おひたし みそ汁 人参シロムサシ				

都合により 献立を変更する場合があります。 毎日おやつは牛乳がつきます。

ご入園 ご進級 おめでとうございます

桜の花も咲き始め、新しい年度が始まりました。

『今日の給食はなに?』『おやつはなに?』と毎日子ども達が給食室に閉きに来ます。
『今日は○○だ』『今日は△△だ』と答える声、『やた〜!!』の声。子ども達は保育園の給食をとても楽しみにしてくれています。

乳幼児期は子どもの心と体が大きく成長する大切な時期です。毎日おやつを食べての4回の食事は、1日の活動と成長に必要な栄養を摂り入れるだけでなく、食事のおいしさ、楽しさを味わったり、食事のしかたを身につけるものです。保育園でも、食事内容や食事のとり方、食べることに興味を持つように十分に配慮し、食事作りをしています。旬の野菜、魚、果物をとり入れたり、添加物の多い食品、輸入食品を控えて、衛生管理にも留意し、食バ物の持ち味を生かしたうま味の手作りを中心に掛けています。

子ども達は、1日に摂りたい栄養量の約半分を保育園での給食、おやつで摂り、残りの半分は家庭での朝、夕の食事で摂ります。ですから、家庭の食事と、保育園の食事両方が子どもにとって、必要で大切なのです。お子さんが保育園で食べている給食にも関心を持ち、家庭でもよりよい食習慣を身につけていただきたいと思います。玄関に食事サンプルの展示、食材の掲示をしています。また、今後食育活動の様子を掲示する予定です。献立表でも食に関する様々な情報をお伝えしたいと思っています。保育園と家庭が連携をとり合い、乳幼児期の“食”に配慮していきたいと思っていますので、よろしくお願ひ致します。

スタッフ紹介
栄養士 松井 岡村
調理師 木村 原
おやつ係 朝日山
よろしくお願ひ致します

リクエストメニューは、長年続いている年長児対象のリクエストメニューも今後も行う予定です。
誕生日に1人ずつ好きなメニューをリクエストしてもらい、お祝いとして献立に組み入れます。
今月の誕生日の人は、11なので、来月から始まります。楽しみに待っていて下さいね