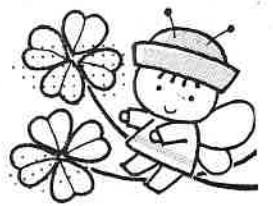


令和4年4月献立予定表



こぐま保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
<p>★リクエストメニューに11 毎週見たいメニューのリクエストメニューを今年度も 4月11日、誕生月に1人ずつ女子きつメニを リクエストしてもらい、★印は献立に組み入れ 楽しみに待っていてください</p>		<p>★リクエストメニュー ・安堵 たまご (焼きそば) ・森 円華 (きょうざ) 今月は2週間お楽しみメニュー</p>		<p>玄関に給食やおやつ のレシモを置いておき、 その他のレシモも 各たい方はお気軽に 手を掛けてください</p>		<p>保育開始 ごはん 鶏肉の照り焼き、キャバツ さつまいもの甘煮 ごま和え みそ汁 わかめおにぎり</p>
<p>4) ごはん 肉豆腐 じゃが芋のみそ煮 ブロッコリーのおかごま和え みそ汁</p>	<p>5) ごはん 魚のムニエル、ブロッコリー おからの豆乳煮 塩昆布しらすのサラダ みそ汁</p>	<p>6) ごはん 身羽元のらっきょう煮 さつまいも糸昆布の煮物 五色和え みそ汁</p>	<p>7) ごはん 和風ハンバーグ、ブロッコリー 米のふき芋 しらす和え みそ汁</p>	<p>8) ごはん 魚の西京焼き さつまいものから揚げ 納豆和え みそ汁</p>	<p>9) おにぎり 豚汁 のんぼ汁</p>	
<p>マカロニのあべかわ 11) ごはん 豚肉ソーサー、キャバツ じゃが芋の煮物 ごま和え みそ汁</p>	<p>12) ごはん 煮魚 キャバツと豚肉のみそ煮 はん三和え みそ汁</p>	<p>13) 新入・進級お祝い ちらし寿司 鶏のから揚げ、ブロッコリー フライドポテト 磯和え、すまし汁</p>	<p>14) ごはん 魚のオムレツ入り焼き さつまいもから揚げの煮物 野菜のごまみそ和え みそ汁</p>	<p>15) ★焼きそば 厚揚げのなめ煮 おかご和え 中華スープ みそ焼きおにぎり</p>	<p>16) おにぎり 豚汁</p>	
<p>高野豆腐のころころ揚げ 18) ごはん 4キンごはん 七り七りとあらの煮物 しらす和え みそ汁</p>	<p>19) ごはん チレカレー おからの豆乳煮 アスパラのみそマヨサラダ みそ汁</p>	<p>20) ごはん ホロクビーンズ さつまいものしそ煮 キャバツの中華サラダ みそ汁</p>	<p>21) ごはん ★きょうざ あらの煮物 野菜のナムル 中華スープ</p>	<p>22) 弁当 </p>	<p>23) おにぎり のんぼ汁</p>	
<p>春のりごまおにぎり 25) ごはん 豚肉のカレー揚げ団子 じゃが芋のスーパ煮 元気サラダ みそ汁 梅しらすおにぎり</p>	<p>26) ごはん 魚のさっぱり照り焼き ピーマンサラダ あらの中華和え みそ汁 クッキー</p>	<p>27) ごはん 豆腐の五目焼き さつまいもの甘煮 磯和え みそ汁 ごま焼きおにぎり</p>	<p>28) 17の子ごはん 塩鯖 七り七れの煮物 酢の物 すまし汁 フライドポテト</p>	<p>29) 昭和の日</p>	<p>30) 都合により 保育希望の方は お弁当が必要</p>	

ご入園・ご進級おめでとうございます

子ども達が健やかに元気に過ごせるように、給食とおやつを提供しますので、1年間どうぞよろしくお願いいたします。1年間どうぞよろしくお願いいたします。人の身体は食べたもので出来ています。食べることは生きていく上でとても大切なことです。お子さんは食べるのが好きですか？好きな食べ物、苦手な食べ物もあると思います。また、たくさん食べる子、少食の子もいます。また、よく食べる日、全く食べない日もあります。お子さん1人ひとり個人差はあります。しかし、1日3回の食事と1回のおやつ(子どもにとっておやつも食事)を合わせて4回を365回、毎日食べて生活しています。生きていく上で欠かせない食事ですが、楽しみながら食べることを目標にしたいです。

※都合により献立を変更する場合があります。おやつには牛乳が入ります。

職員紹介
栄養士: 松井、岡村、伊藤
お母さん: 秋田、三原

- 保育所における食育に関する指針にある「食育の目標(厚生労働省)」
- ① お腹があくリズムのもてる子ども(十分に遊び、充実した生活の保障、生活リズムの確立)
 - ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども(意欲的に新しい食べ物に興味・関心をもち、食べさせようとする環境作り)
 - ③ 一緒に食べた人がいる子ども(食卓をみんなで作って準備し、一緒に食べる、食事をみんなで作る楽しさの形成)
 - ④ 食事づくり、準備に関わる子ども(食事を食べるのと、食事を準備を結びつけ、食べることは生きる喜びにつながるという自覚)
 - ⑤ 食べ物の話題に関する子ども(会話のある環境、食材の栽培など命を育む営みとつながり)

上記のような子どもを育てることで、楽しく食べることを示されています。保育園では、1日のうち昼食(給食)とおやつを食べます。朝食と夕食は家で食べます。お休みの日は家で過ごすので、家庭での食生活も乳幼児期の子どもにとっても影響を与えます。一番大事なことは、一緒に食べる大人がおいしく楽しく食べることで、「食べることは楽しい」と子どもは学んでいくのです。忙しい毎日ですが、家族揃って食卓を囲むことを目標にしたいです。