



ご進級・ご入園おめでとうございます！

やわらかい陽さしに包まれて、新年度が始まりました！

新しいお友だちも増え、子どもたちはひとつ大きくなりました。

園では新しい環境にドキドキ・わくわくしながら登園してくるお友だちの笑顔と声が響き、とても賑やかです。

子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごせますよう、給食・食育の面から携わってまいります。



アレルギー調査票について

◎アレルギー調査票はアレルギーの有無に問わらず、毎年全園児提出をお願いします。

◎給食でのアレルギー除去食を希望される場合、かかりつけの医療機関での診断書・検査報告書のコピー・生活管理指導票の提出をお願いいたします。また、成長とともに食べられるようになることもあるため、1年に1度は受診し主治医の指示をいただいてくださいま

すようお願いします。

◎除去食を提供する場合、処遇会議にて対応等を検討いたします。情報は全職員にて共

有しますのでご了承ください。

◎記入の際、不明な点は園までお問い合わせください。

毎朝の元気チェック

朝、起きたら抱っこしたり着替えをしながら機嫌や体調のチェックをしましょう。熱・鼻水・咳はないですか？ 食欲はありますか？ 下痢や便秘はないですか？ 湿疹・発疹はないですか？ 毎朝「見て」「触って」確認をお願いします。休むほどではないけどどこか調子が悪い…そんなときはお知らせください。新学期、元気に登園できるように生活リズムを整えましょう。

愛情弁当の日

4月23日は、たんぽぽ組以上児は愛情弁当の日です。

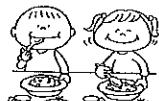
待ちに待ったお弁当の日、子どもたちのうれしそうな表情が浮かんできます。楽しい雰囲気の中、喜んで食べてもらえるように、ご協力をお願いします。

- ①好きなものを入れてください。
- ②残さず食べれる量にしてください。
- ③食べやすい大きさ、形にしてください。

愛情いっぱいのお弁当♪子どもたちの『全部食べた！』という満足感を大切にしたいと思いますので、よろしくお願ひします。

日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時おやつ、○は市販おやつ)	一口メモ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 (月)	ごはん・みそ汁 魚の磯部揚げ ひじき豆 麦茶	米、○白玉粉、さといも、油、片栗粉、○砂糖、砂糖、○片栗粉	白身魚、○絹ごし豆腐、だいす、○脱脂粉乳、味噌、煮干し、油揚げ、かつお節、○牛乳	にんじん、こまつな、いんげん、葉ねぎ、ひじき、あおのり	◎牛乳 ○ミルクココア ○みたらし団子	ひじきには、骨を強くするカルシウムや腸をきれいにする食物繊維がたっぷり含まれています。
2 (火)	ごはん 梅もずくスープ マーボー豆腐 オレンジ・麦茶	米、片栗粉、砂糖、ごま油、	木綿豆腐、豚ひき肉、○脱脂粉乳、赤みそ、かつお節、○牛乳	オレンジ、たまねぎ、ねぎ、もずく、えのきたけ、にら、みつば、うめ干し、ゆず果皮、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ●どら焼き	もずくに含まれるフコイダンにはコレステロールを下げる効果が期待できます。
3 (水)	ごはん・みそ汁 赤魚の甘酢あん さつまいもサラダ 麦茶	米、さつまいも、○強力粉、油、マヨネーズ、○油、片栗粉、○砂糖、砂糖	赤魚、○小豆、○脱脂粉乳、みそ、ハム、油揚げ、煮干し、○牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、もやし、しいたけ、葉ねぎ、しょうが、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○手作りあんぱん	さつまいもの切り口から出る白い液体・ヤラビンには腸の運動を促進し便を柔らかくする効果があります。
4 (木)	ごはん・みそ汁 鶏肉の竜田揚げ えのきの酢の物 麦茶	○焼き芋、米、じやがいも、油、片栗粉、砂糖	鶏肉、○脱脂粉乳、みそ、かまぼこ、煮干し、○牛乳	きゅうり、えのきたけ、しめじ、葉ねぎ、わかめ、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○焼き芋	始業式 1号認定パン・麦茶
5 (金)	グリンピースごはん 中華スープ ポークチャップ ゆで野菜・麦茶	米、油、片栗粉、砂糖	豚肉、卵、○牛乳、○脱脂粉乳、○生クリーム、○牛乳	コーン、○バナナ、たまねぎ、キャベツ、カット、ブロッコリー、○みかん、コーン、グリンピース、にんじん、葉ねぎ、○さくらんぼ	◎牛乳 ○ミルクココア ○プリンアラモード	1号認定パン・麦茶
6 (土)	焼きうどん わかめスープ パイン 麦茶	うどん、ごま油、砂糖	○牛乳、豚肉、かつお節、○牛乳	パイン、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、さくらんぼ、わかめ、あおのり	◎牛乳 ○牛乳 ●クリームパン	入園式 1号認定パン・麦茶
8 (月)	チャーハン きのこ汁 フルーツポンチ 麦茶	米、○小麦粉、砂糖、○砂糖、油	卵、豚肉、○脱脂粉乳、○卵、○牛乳、みそ、○バター、煮干し、○牛乳	黄桃、みかん、バナナ、パイナップル、なめこ、たまねぎ、たかな、しめじ、こまつな、コーン、○ブルーベリージャム、ねぎ、にんじん、ピーマン、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ○ブルーベリー蒸しパン	1号認定パン・麦茶
9 (火)	ごはん・みそ汁 あじの塩焼き ごぼうの甘辛サラダ 麦茶	米、じやがいも、油、片栗粉、砂糖、ごま	あじ、木綿豆腐、○脱脂粉乳、みそ、煮干し、○牛乳	だいこん、豆苗、ごぼう、こまつな、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ●ソフトクレープ	1号認定パン・麦茶
10 (水)	ごはん・すまし汁 新じゃが芋のホイル蒸し ちくわと野菜のかき揚げ 麦茶	じやがいも、米、○フツーツグランーラ、○油、小麦粉	ちくわ、絹ごし豆腐、○脱脂粉乳、バター、かつお節、○牛乳	たまねぎ、ほぐししめじ、グリーンアスパラガス、ほうれんそう、にんじん、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ○グラノーラバー	1号認定パン・麦茶

日付	献立名	材料名 (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)			おやつ (◎は10時、○は午後おやつ)	一口メモ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
11 (木)	ごはん はるさめスープ 豚肉と玉ねぎの炒め物 キャベツの中華和え 麦茶	米、○白玉粉、はるさめ、油、砂糖、ごま、ごま油、	豚肉、○木綿豆腐、○あずき、○脱脂粉乳、しらす干し、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう、コーン、赤ピーマン、ピーマン、にんじん、えのきだけ	◎牛乳 ○ミルクココア ○白玉団子(あづき)	1号認定パン・麦茶
12 (金)	たけのこご飯・みそ汁 炒り豆腐 さつまいもフリッター 麦茶	さつまいも、米、○サンドイッチパン、油、ホットケーキ粉、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、鶏肉、○脱脂粉乳、○スライスチーズ、○ハム、みそ、卵、煮干し、かつお節、◎牛乳	だいこん、たまねぎ、にんじん、たけのこ、なめこ、いんげん、ひじき、干しこじかけ、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○ホットサンド	1号認定パン・麦茶
13 (土)	三色どんぶり あおさ汁 野菜サラダ 麦茶	米、ごまドレッシング、砂糖、油	○牛乳、鶏肉、卵、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう、きゅうり、キャベツ、えのきだけ、にんじん、葉ねぎ、しょうが	◎牛乳 ○牛乳 ●たまご蒸しケーキ	あおさは磯の香りが高く、カロテノイドの一種β-カロテンを多く含むので抗酸化作用を期待できます。
15 (月)	カレーライス 枝豆の白和え オレンジ 麦茶	米、じやがいも、○砂糖、油、ごま、砂糖	豚肉、木綿豆腐、○脱脂粉乳、◎牛乳	オレンジ、たまねぎ カット、○バナナ、○黄桃、○みかん、○パイナップル、にんじん、えだまめ、コーン、りんご、にんにく、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○フルーツポンチ	枝豆は、たんぱく質・ビタミンB1・カリウム・食物繊維・鉄分を豊富に含んでいます。
16 (火)	ごはん・みそ汁 ぶりの照り焼き 炒めなます 麦茶	米、さつまいも、油、砂糖	ぶり、○脱脂粉乳、さつま揚げ、みそ、煮干し、◎牛乳	だいこん、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ●シュークリーム	ぶりには、DHA・EPAが多く含まれており、脳の活性化・記憶力の向上に役立つと考えられています。
17 (水)	米粉パン・ポトフ ミニオムレツ ちくわのサラダ 牛乳	○米、じやがいも、マヨネーズ、油、砂糖、○ごま油	牛乳、卵、鶏肉、○脱脂粉乳、ちくわ、○かつお節、◎牛乳	プロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、レモン果汁	◎牛乳 ○ミルクココア ○焼きおにぎり	卵は良質たんぱく質が摂れる栄養価の高い食品ですがビタミンCや食物繊維が足りないため野菜と組み合わせて捕いましょう。
18 (木)	ごはん・みそ汁 チキン南蛮 ほうれん草のおかか和え 麦茶	米、マヨネーズ、油、小麦粉、砂糖、○グラニュー糖、○砂糖	鶏肉、木綿豆腐、卵、○脱脂粉乳、みそ、煮干し、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう、○りんご、なめこ、たまねぎ、にんじん、コーン、きゅうり、葉ねぎ、パセリ	◎牛乳 ○ミルクココア ○ミニアップルパイ	ほうれん草は、ビタミン類・ミネラルなどを含む非常に栄養価が高い緑黄色野菜です。
19 (金)	ごはん・すまし汁 キャベツと豚肉のみそ炒め かぼちゃのごママヨ和え 麦茶	米、○米、油、○砂糖、マヨネーズ、砂糖、ごま	豚肉、○脱脂粉乳、はんぺん、○きな粉、赤みそ、かつお節、◎牛乳	キャベツ、かぼちゃ、にんじん、赤ピーマン、プロッコリー、しょうが、にんにく、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○きな粉おはぎ	豚肉はビタミンB1が豊富で、たまたま疲れたとき、肩こりなどの疲労回復の強い味方です。
20 (土)	焼き豚ラーメン じゃが芋きんぴら ババロア	中華めん、じやがいも、ごま油、油、砂糖、ごま	牛乳、豚肉、○脱脂粉乳、生クリーム、◎牛乳	もやし、キャベツ、にんじん、ごぼう、コーン、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ●メロン蒸しケーキ	じゃがいものビタミンCはでんぶんに守られているため熱に強く、風邪予防や疲労回復、肌荒れに効果が期待できます。
22 (月)	ごはん・みそ汁 厚揚げと じゃが芋のそぼろ煮 じゃこのサラダ 麦茶	米、じやがいも、○小麦粉、○砂糖、油、○片栗粉、片栗粉	生揚げ、豚肉、○脱脂粉乳、○調製豆乳、みそ、油揚げ、しらす干し、◎牛乳	だいこん、たまねぎ、こまつな、にんじん、○かぼちゃ、きゅうり、しいたけ、グリンピース	◎牛乳 ○ミルクココア ○かぼちゃドーナツ	しらす干しなどの小魚は、カルシウム・ビタミンDなどを豊富に含みますが塩分が高いため攝りたときに気を付けましょう。
23 (火)	ごはん・卵スープ 鶏肉のマーマレード焼き 中華和え 麦茶	米、ごま油	鶏肉、卵、○脱脂粉乳、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、黄ピーマン、もやし、えのきだけ、マーマレード	◎牛乳 ○ミルクココア ●かりんとう	愛情弁当の日たんぽぽ以上児はお弁当・水筒持参です。ちゅうりっぷ組のみ給食です。
24 (水)	ミルクパン コンソメスープ カレームニエル ひじきサラダ 牛乳	○米、マヨネーズ、○押麦、油、ごま、砂糖、小麦粉	牛乳、白身魚、だいだい、◎牛乳	きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン、しめじ、ひじき	◎牛乳 ○麦茶 ○ゆかりとわかめのおにぎり	香辛料の香りや辛みは食欲を増進させる効果が期待できます。香辛料は種類が豊富なので色々な組合せが楽しめます。
25 (木)	ごはん・けんちん汁 白身魚のケチャップあん いろどりサラダ 麦茶	米、○食パン、片栗粉、油、ねりごま、○砂糖、○マーガリン、砂糖	白身魚、木綿豆腐、○脱脂粉乳、○きな粉、◎牛乳	プロッコリー、ミニトマト、だいこん、しめじ、にんじん、ごぼう、コーン、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ○きな粉トースト	豆腐の原料の大豆は細い肉と言われています。良質の植物性タンパク質が豊富に含まれています。
26 (金)	ごはん・みそ汁 鶏のマヨネーズ焼き キャベツの和え物 麦茶	米、○小麦粉、じやがいも、マヨネーズ、パン粉、○ごま	鶏肉、○脱脂粉乳、みそ、○無塩バター、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、なめこ、○にんじん、カットわかめ、○あおのり	◎牛乳 ○ミルクココア ○野菜クラッカー	食育(食事のお約束)
27 (土)	焼きそば プロッコリーのスープ バナナ 麦茶	焼きそばめん、油	豚肉、シーフードミックス、○脱脂粉乳、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、キャベツ、プロッコリー、にんじん、あおのり	◎牛乳 ○ミルクココア ●ミニワッフル	バナナには、でんぶん・ブドウ糖・果糖・ショ糖など、色々な糖質が含まれております。エネルギーを継続的に産出することができます。



※仕入れ等の都合により食材料や献立を変更させていただきます。尚、旬の食材を積極的に使用しておりますので同じ食材の献立が続くことがあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

※午前のおやつは1・2歳児のお友だちが対象で牛乳とせんべい等市販のおやつになります。午後のおやつ及び土曜日の給食は、2号・3号のお友だちが対象となります。

※午後のおやつは、○手作りおやつ、●市販のおやつになります。