

給食献立表

4月

給食だより

豊里幼稚園

令和8年4月1日

ご入園、ご進級おめでとうございます。

暖かい春の日差しに包まれて、新年度がスタートいたしました。新しい環境に期待と不安でときどき、わくわくしている子供達。毎日の食事やおやつを通して食べることの楽しさを感じてもらえるよう、みんなで楽しい食育活動に取り組んでいきます。食事は「体の源」。園の給食をとおして、子供達が元気にすくすく育つようお手伝いしていきますので、よろしくお祈りします。

4月の給食は、子供たちが慣れ親しんだ好きなメニューを多く取り入れました。初めての園での食事、進級して量が少し増えたり、食器がかわったり、とまどうこともあるかもしれませんが、保育士と協力して子供達の様子を見守っていこうと思っています。

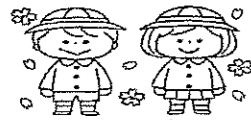
食事の気になることがあれば気軽に相談ください。

今月のねらい

- *朝ごはんをしっかり食べよう。
- *生活リズムを整えよう

今月の行事食

23日(木)お誕生日会
園児はごはんはいりません。
お箸・コップを忘れずに。



生活リズムを整えましょう

朝ごはんは、1日を元気に過ごすための大切なエネルギー源です。食べることで体や心も目覚め、集中力や免疫力も高まります。毎日しっかり食べて、健やかな成長と楽しい日々を送りましょう。バランスよく食べることで、より健康な体づくりができます。まずはご飯やパンなどの主食を食べましょう。体全体のエネルギーになり、眠っている脳を起こしてくれます。食べる習慣が身に付いてきたら、プラス1品を意識してみると更に良いですね。



保育園の給食

1, 2歳児

午前は牛乳とおやつ、お昼は主食(ご飯)と副食(おかず)、午後は牛乳とおやつで、1日に必要な栄養量の約50%を提供しています。

いただきます!



3~5歳児

家庭から持参する主食(ご飯)と副食(おかず)、午後の牛乳とおやつで、1日に必要な栄養量の約40%を提供しています。主食は、白ご飯で100~120gが目安です。

0歳児

お子様の成長にあわせて食材、量、かたさ等を調整して提供しています。園の給食を参考にご家庭でも、お子様にあわせた離乳食をすすめるようにしてください。

さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツかお菓子です。

日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ	
				きく・ゆり・ばら	もも・さくら
1	水	ハンバーグデミグラスソース ごま和え みそ汁 オレンジ	豚ミンチ 玉葱 豆腐 パン粉 椎茸 えのき デミグラスソース ソース/キャベツ 人参 もやし ごま/じゃがいも 豆腐 葱 みそ/オレンジ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド
2	木	鶏肉のマーマレード焼き 大根サラダ 豚肉とキャベツのスープ バナナ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく マーマレード/大根 人参 胡瓜 かにかま/人参 キャベツ 豚肉 豆腐 ごま油 鶏ガラ/バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
3	金	春野菜のポトフ ミートボール 胡瓜もみ オレンジ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 春キャベツ パセリ コンソメ /ミートボール/胡瓜 しらす わかめ /オレンジ	牛乳 カステラ	牛乳 カステラ
4	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
6	月	ホワイトシチュー 南瓜のそぼろ煮 三色和え バナナ	豚肉 新玉葱 ブロッコリー 人参 じゃがいも 牛乳 パター 小麦粉/南瓜 鶏ミンチ/卵 ほうれん草 人参 キャベツ /バナナ	しらすと わかめの おにぎり	しらすと わかめの おにぎり
7	火	鮭の菜の花焼き おかか和え のっぺい汁 オレンジ	鮭(白身) 卵 マヨネーズ パセリ/ブロッコリー 胡瓜 糸けずり/大根 人参 ごぼう 厚揚げ 葱 片栗粉/オレンジ	牛乳 マーブルケーキ	牛乳 マーブルケーキ
8	水	肉じゃが スパゲティサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 台湾 グリンピース/スパゲティ 胡瓜 人参 コーン マヨネーズ/豆腐 玉葱 葱 みそ/オレンジ	牛乳 チーズ クッキー	牛乳 チーズ クッキー
9	木	松風焼き ポパイサラダ すまし汁 オレンジ	鶏ミンチ 豆腐 しいたけ 人参 卵 パン粉/ほうれん草 卵 人参 ごま油/大根 えのき 揚げ 葱/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
10	金	とんかつ じゃこサラダ みそ汁 バナナ	豚ひれ パン粉 小麦粉 卵 とんかつソース/じゃこ キャベツ 胡瓜/切干 豆腐 人参 葱 みそ/バナナ	牛乳 お菓子 するめ	牛乳 お菓子 するめ
11	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
13	月	鶏肉のごまみそ照り焼き すまし汁 シルバーサラダ バナナ	鶏肉 みそ ごま/玉葱 人参 豆腐 ほうれん草 /マロニー 人参 胡瓜 卵 ごま/バナナ	牛乳 ヨーグルト ケーキ	牛乳 ヨーグルト ケーキ
14	火	チーズ入りミートローフ 春キャベツサラダ みそ汁 オレンジ	豚ミンチ 鶏ミンチ 豆腐 玉葱 卵 パン粉 チーズケチャップ ウスター/豆腐 人参 玉葱 葱/春キャベツ コーン アスパラ フレンチドレッシング/オレンジ	牛乳 きなこクリーム パン	牛乳 きなこクリーム パン
15	水	マカロニボリタン カレー風味サラダ 白菜のコンソメスープ オレンジ	マカロニ 玉葱 豚ミンチ 人参 ピーマン 粉チーズケチャップ /人参 もやし 胡瓜 ささみ カレー粉/白菜 玉葱 パーコン コンソメ/オレンジ	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 ココア蒸しパン
16	木	鯖の塩麹焼き 春雨炒め 春野菜のみそ汁 オレンジ	鯖(白身) 塩麹/春雨 玉葱 人参 ハム ピーマン 干しいたけ 鶏ガラ/春キャベツ 新玉葱 人参 揚げ みそ/オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
17	金	五目つくね焼き わかめスープ 大根サラダ バナナ	鶏ミンチ 卵 玉葱 ひじき 豆腐 人参/大根 ツナ 人参 胡瓜 /玉葱 もやしわかめ 白ネギ/バナナ	牛乳 お菓子 じゃこ	牛乳 お菓子
18	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
20	月	カレーシチュー チーズ ミモザサラダ オレンジ	豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 グリンピース カレールウ/チーズ /卵 キャベツ 胡瓜 ハム/オレンジ	牛乳 いちご スコーン	牛乳 いちご スコーン
21	火	ポテトのミートグラタン 磯部和え レタスのスープ オレンジ	じゃがいも 豚ミンチ 玉葱 ケチャップ コンソメ 牛乳 小麦粉 バター 粉チーズ/ほうれん草 もやし 焼きのり 人参 /レタス 玉葱 卵 鶏ガラ/オレンジ	ツナと昆布の 炊き込みご飯	ツナと昆布の 炊き込みご飯
22	水	ブルコギ風炒め 大学かぼちゃ 中華スープ バナナ	豚肉 玉葱 人参 もやし ピーマン 中華だし/南瓜 ごま /玉葱 豆腐 青梗菜 人参 中華だし/バナナ	牛乳 フレンチ トースト	牛乳 フレンチ トースト
23	木	♪お誕生日会♪	鮭とわかめの混ぜご飯 たこさんウィンナー 鶏肉ののり塩唐揚げ ブロッコリーの塩ナムル コンソメスープ ゼリー(バナナ)	牛乳 ケーキ	牛乳 ケーキ
24	金	鯖の南部焼き 野菜炒め みそ汁 オレンジ	鯖(白身) 生姜 ごま/キャベツ 玉葱 人参 ハム ブロッコリー コーン/豆腐 えのき 人参 葱 みそ/オレンジ	ヨーグルト バナナ	ヨーグルト バナナ
25	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
27	月	ちゃんこ風うどん ごま和え さつまいも甘煮 オレンジ	うどん 鶏肉 大根 白菜 人参 にんにく 生姜 ごま油 みそ /さつまいも/キャベツ 人参 ささみ ごま /オレンジ	牛乳 ソフト ビスケット	牛乳 ソフト ビスケット
28	火	じゃがいもコロッケ みそ汁 胡瓜ともやしの中華和え バナナ	豚ミンチ じゃがいも 玉葱 パン粉 ソース/豆腐 玉葱 わかめ 葱 みそ/胡瓜 人参 もやし ごま ごま油/バナナ	牛乳 クラッカー サンド	牛乳 クラッカー
29	水	昭和の日			
30	木	白身魚のチリソース煮 切り干し煮 新玉葱とポテトのスープ オレンジ	白身魚 片栗粉 ケチャップ にんにく 生姜/切干大根 人参 揚げ いんげん/じゃがいも 人参 新玉葱 パセリ コンソメ /オレンジ	牛乳 麩のラスク	牛乳 麩のラスク

玄関に給食の写真を掲示しています。お迎えに来られた時、みてお帰ってください。
都合により、献立を変更することがあります。