きゅうしょくだより

2021.04.01

＊＊　ご入園・ご進級　おめでとうございます　＊＊

進級・入園したてのおともだち・保護者の皆さんも新たな気持ちで過ごす4月♪

さくらっこ保育園の給食は

〚みんなでおいしく・楽しく食べる〛を大きなテーマにしています。

給食を通して、いろいろな食べる事の経験を積んでいけるようにお手伝いが

できたらと考えています。

食事のこと・栄養のこと・レシピのことなど、気になる事や聞きたい事が

ある時は　いつでも声をかけてくださいね。

①　朝ごはん

１日を元気に楽しく過ごすために大切な働きをします。

ごはんやパンなど…なにか食べて登園してね。

②　お休みの連絡

給食の準備をするため、　9:00　まで

保育園に教えてください。

☆　保育園の給食について　☆

みんなで食べられるメニューを中心に、

自園献立（桜本保育園との共通献立）で提供しています。

✦手作りの給食✦

添加物の多い食品は、できるだけ使いません。食材の味をしっかりと味わえるように
食材の味をしっかり味わえるように、うす味を心がけています。

✦健康なからだつくり✦

成長に必要な栄養をバランスよく取れるように献立を立てます。

１日に必要な栄養の 40～50%が取れるようになっています。

玄米の日・雑穀米の日・豆乳の日…などがあります。

子どもの成長に必要な栄養がバランスよく入っている食品を取り入れています。

✦ひとりひとりにあわせた離乳食✦

大切な離乳食時期は、月齢だけではなく　食べたい気持ち・噛む力や飲み込む力・
歯の本数などを総合的にみながら　子どもに合わせた硬さや形を選んで進めます。

✦対応食✦

できるだけ、みんなが同じメニューを食べられるようにしています。

マヨネーズは、ノンエッグマヨネーズを使っています。

コンソメは、チキンコンソメ（牛不使用）を使っています。

〇食物アレルギーがある子どもには・・・・**代替食**

〇体調がすぐれない子どもには・・・・・・**配慮食**

※病院のお医者さんから指示があった時だけ対応できます。

✦行事食✦

こどもの日・七夕など季節の行事食があります。

さくらっこのスペシャルメニュー　**〚虹色メニュー〛**（月２～３回）

さくらっこ保育園・桜本保育園で出会ったお友だちのルーツにちなんだ
我が家の味をさくらっこのみんなで分かち合うメニューです。

☆4がつ　りにゅうしょく　めにゅー☆

にち	ようび	ごっくん期（初期～５・６か月～）		もぐもぐ期（中期～７・８か月～）		かみかみ期（後期～９・10・11か月～）		ぱくぱく期（完了期～12～18か月～）	
		ちゅうしょく	３じのおやつ	ちゅうしょく	３じのおやつ	ちゅうしょく	３じのおやつ	ちゅうしょく	３じのおやつ
1 15	もく	つぶしがゆ　うすいやさいすーぷ きぬどうふのペーすと じゃがいものペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　やさいすーぷ きぬどうふのうすくずに　つぶし じゃがいものやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　やさいすーぷ いりどうふ　きざみ じゃがいものやわらかに　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　やさいすーぷ まーぼーあつあげ　きざみ こふきいも　きざみ ねーぶるおれんじ	ぎゅうにゅう たきこみごはん
2 16	きん	ぱんがゆ　うすいやさいすーぷ ふのペーすと きゃべつのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	ぱんがゆ　やさいすーぷ ふのうすくずに　つぶし きゃべつのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	しょくぱん　とうにゅうすーぷ ふのうすくずに　きざみ きゃべつのやわらかに　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	しょくぱん　とうにゅうこーんすーぷ やきめんちかつ　きざみ ぽいるきゃべつ　きざみ きよみかん	ぎゅうにゅう やきおにぎり
3 17	ど	つぶしがゆ　うすいみそしる こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる とりささみのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる とりささみのうすくずに　ほぐし にんじんのやわらかに　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる とりにくのいそべやき　きざみ きりぼしだいこんのさらだ　きざみ	ぎゅうにゅう こくとうぱん ぷるーん
5 19	げつ	つぶしがゆ　うすいやさいすーぷ こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　やさいすーぷ とりささみのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん とうにゅうしちゅー　きざみ にんじんときゅうりのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　５：ぽーくかれー　きざみ １９：ちきんかれー　きざみ こーるすろーさらだ　きざみ あまなつかん	ぎゅうにゅう ろーるかすてら
6 20	か	つぶしがゆ　うすいみそしる しろみざかなのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる しろみざかなのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる しろみざかなのうすくずに　ほぐし にんじんのやわらかに　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる やきざかな（さけ）　ほぐし ひじきのいりに　きざみ いよかん	ぎゅうにゅう まかろにのあべかわ
7 21	すい	つぶしがゆ　うすいみそしる ふのペーすと じゃがいものペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる とりささみのうすくずに　つぶし じゃがいものやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる とりささみのうすくずに　ほぐし じゃがいもとにんじんのさらだ　つぶし みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる とりにくのてりやき　きざみ ぽてとさらだ　きざみ はっさく	とうにゅう むしぱん
8 22	もく	つぶしがゆ　うすいみそしる きぬどうふのペーすと だいこんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる きぬどうふのうすくずに　つぶし だいこんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる きぬどうふのうすくずに きゅうりのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる なまあげのけちゃっぷいため　きざみ あまずあえ　きざみ あまなつかん	ぎゅうにゅう こうやどうふの みーとぱすた
9 23	きん	つぶしがゆ　うすいみそしる しろみざかなのペーすと だいこんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる しろみざかなのうすくずに　つぶし だいこんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる しろみざかなのうすくずに　ほぐし だいこんのやわらかに　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる さわらのしょうがやき　ほぐし だいこんのそぼろに　きざみ いよかん	とうにゅう きなこぱん
10 24	ど	つぶしがゆ　うすいやさいすーぷ こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　やさいすーぷ とりささみのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　やさいすーぷ とりささみのうすくずに　ほぐし にんじんときゅうりのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　やさいすーぷ とりにくのばーべきゅーそーすやき　きざみ すぱげってぃさらだ　きざみ	ぎゅうにゅう かすてら ぷるーん
12 26	げつ	つぶしがゆ　うすいみそしる ふのペーすと きゃべつのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる ふのうすくずに　つぶし きゃべつのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる とりささみのうすくずに　ほぐし きゃべつととまとのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる ぶたにくのしょうがやき　きざみ とまとときゃべつのさらだ　きざみ きよみかん	ぎゅうにゅう ぷらうんけーき
13	か	つぶしがゆ　うすいみそしる こうやどうふのペーすと きゃべつのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる とりささみのうすくずに　つぶし きゃべつのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる とりささみのうすくずに　ほぐし きゃべつのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる ちきんそてー　きざみ きゃべつのあえもの　きざみ はっさく	ぎゅうにゅう おれんじぜりー えんとりー
14 28	すい	つぶしがゆ　うすいみそしる しろみざかなのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる しろみざかなのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる しろみざかなのうすくずに　ほぐし きりぼしだいこんのにもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる かじきまぐろのてりやき　ほぐし きりぼしだいこんのにもの　きざみ ねーぶるおれんじ	ぎゅうにゅう ふらいどぽてと
27	か	つぶしがゆ　うすいみそしる こうやどうふのペーすと きゃべつのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　みそしる とりればーのうすくずに　つぶし きゃべつのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　みそしる とりればーのうすくずに　きざみ きゃべつのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	ごはん　みそしる ぶたればーのたつたあげ　きざみ きゃべつのあえもの　きざみ はっさく	ぎゅうにゅう おれんじぜりー りっつくらっかー
30	きん	つぶしがゆ　うすいすましじる こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく　１６０	みるく　２００	おかゆ　すましじる とりささみのうすくずに　つぶし にんじんのやわらかに　つぶし みるく　１２０	みるく　２００	やわらかいごはん　すましじる とりささみのうすくずに　ほぐし にんじんときゅうりのあえもの　きざみ みるく　８０	みるく　２００ おかし	まぜごはん　すましじる ばんばんじー　きざみ ばんさんすう　きざみ ばなな	じょあ たいやき

😄 4がつ めにゅー 😄

げつ	か	すい	もく	きん	ど
			1 ごはん まーぼーあつあげ こふきいも はるさめすーぷ ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう たきこみごはん	2 しょくぱん やきめんちかつ ぼいるきゃべつ とうにゅうこーんすーぷ きよみかん ぎゅうにゅう やきおにぎり	3 ごはん ぶたにくのいそべやき きりぼしだいこんのさらだ みそしる（たまねぎ・ほうれんそう） ぎゅうにゅう こくとうぱん　ぷるーん
5 ごはん ぽーくかれー こーるすろーさらだ あまなつかん ぎゅうにゅう ろーるかすてら	6 ごはん やきざかな（さけ） ひじきのいりに みそしる（とうふ・きゃべつ） いよかん ぎゅうにゅう まかろにのあべかわ	7 ごはん とりにくのてりやき ぽてとさらだ みそしる（わかめ・ながねぎ） はっさく とうにゅう むしぱん	8 ごはん なまあげのけちゃっぷいため きゅうりのあまずあえ みそしる（だいこん・あまあげ） あまなつかん ぎゅうにゅう こうやどうふのみーとすぱげってぃ	9 ごはん さわらのしょうがやき だいこんのそぼろに みそしる（たけのこ・こまつな） いよかん とうにゅう きなこあげぱん	10 ごはん とりにくのばーべきゅーそーすやき すぱげってぃさらだ こーんいりやさいすーぷ ぎゅうにゅう かすてら　ぷるーん
12 ごはん ぶたにくのしょうがやき ごまどれっしんぐさらだ みそしる（ふ・おかひじき） きよみかん ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	13 ごはん ちきんそてー きゃべつのこぶしらすあえ みそしる（じゃがいも・こーん） はっさく ぎゅうにゅう おれんじぜりー　えんとりー	14 ごはん かじきまぐろのてりやき きりぼしだいこんのにもの みそしる（さやえんどう・たまねぎ） ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう ふらいどぽてと	15 ごはん まーぼーあつあげ こふきいも はるさめすーぷ ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう たきこみごはん	16 しょくぱん やきめんちかつ ぼいるきゃべつ とうにゅうこーんすーぷ きよみかん ぎゅうにゅう やきおにぎり	17 ごはん ぶたにくのいそべやき きりぼしだいこんのさらだ みそしる（たまねぎ・ほうれんそう） ぎゅうにゅう こくとうぱん　ぷるーん
19 ごはん ちきん かれー こーるすろーさらだ あまなつかん ぎゅうにゅう ろーるかすてら	20 ごはん やきざかな（さけ） ひじきのいりに みそしる（とうふ・きゃべつ） いよかん ぎゅうにゅう まかろにのあべかわ	21 ごはん とりにくのてりやき ぽてとさらだ みそしる（わかめ・ながねぎ） はっさく とうにゅう むしぱん	22 ごはん なまあげのけちゃっぷいため きゅうりのあまずあえ みそしる（だいこん・あまあげ） あまなつかん ぎゅうにゅう こうやどうふのみーとすぱげってぃ	23 ごはん さわらのしょうがやき だいこんのそぼろに みそしる（たけのこ・こまつな） いよかん とうにゅう きなこあげぱん	24 ごはん とりにくのばーべきゅーそーすやき すぱげってぃさらだ こーんいりやさいすーぷ ぎゅうにゅう かすてら　ぷるーん
26 ごはん ぶたにくのしょうがやき ごまどれっしんぐさらだ みそしる（ふ・おかひじき） きよみかん ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	27 ごはん ちきんそてー きゃべつのこぶしらすあえ みそしる（じゃがいも・こーん） はっさく ぎゅうにゅう おれんじぜりー　りっつくらっかー	28 ごはん かじきまぐろのてりやき きりぼしだいこんのにもの みそしる（さやえんどう・たまねぎ） ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう ふらいどぽてと	29 お　や　す　み	30 こどものひ　ぎょうじしょく ちゅうかおこわ ばんばんじー　　ばんさんすう わかたけじる　　ばなな じょあ（しろぶどう） あげたいやき	