

# きゅうしょくだより

2024.04.01

\*\* 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。



## ☆ 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（さくらっこ保育園で考えた献立）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と味わえるように、うす味を心がけています。

### ◆健康なからだづくり◆

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。



### ◆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◆

○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。

## ● お休みの連絡 ●

給食の準備をするため

9：00までに教えてください。

お休みの予定がある時は、

連絡ノート・登園予定表・職員などで

教えてください。

## ● 食べ物は持ち込まない ●

保育園は、

食物アレルギーや食べられない食べ物がある

お友だちと一緒に過ごす場所です。

口の中・口のまわり・手・洋服などに

食べ物がついていないかな!?

チェックしてから入ってください。

## ● あさごはん ●

1日元気に楽しく過ごすために大切です。

ごはんやパン何か食べて登園してね。

「今日は起きるのが遅くなって…」 「今日はぐずぐず気分」

そんな日もあります。

そんな日には無理せず、職員に声をかけてください♪

# ★ 4がつ りにゅうしょく めにゅー ★

ひにち	ようび	ごっくん期		もぐもぐ期		かみかみ期		ぱくぱく期	
		ちゅうしょく ~ひるごはん~	15:00 おやつ	ちゅうしょく ~ひるごはん~	15:00 おやつ	ちゅうしょく ~ひるごはん~	15:00 おやつ	ちゅうしょく ~ひるごはん~	15:00 おやつ
1 15	げつ	つぶしがゆ こうやどうふのペースと きゃべつのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに きゃべつのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん こうやどうふのそぼろに きゃべつのしおこぶあえ みそしる(こまつな) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん こうやどうふのそぼろに きゃべつのしおこぶあえ みそしる(さつまいち・こまつな) おれんじ	ぎゅうにゅう ぱりんこ びすこ
2	か	つぶしがゆ ふのペースと にんじんのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ ふのうすくすに にんじんのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりればーのうすくすに きゅうりとにんじんのさんばいず みそしる(じゃがいも) みるく 80	みるく 200 おかし	むぎごはん ぶたればーのかおりあげ もやしのさんばいず みそしる(じゃがいも) ばなな	ぎゅうにゅう ふれんち とーすと
3 17	すい	つぶしがゆ こうやどうふのペースと はくさいのペースと うすいすましじる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに はくさいのやわからかに すましじる みるく 120	みるく 200	なんはん にくだんごすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	たまごチャーはん にくだんごすーぶ おれんじ	ぎゅうにゅう きなこくつきー
4 18	もく	うどんのくたくたに ふのペースと きゃべつのペースと うすいすましじる みるく 160	みるく 200	うどんのやわからかに ふのうすくすに きゃべつのやわからかに すましじる みるく 120	みるく 200	짜장면(ちゃじゃんみよん) (かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん) ひやしきゅうり きざみ すましじる みるく 80	みるく 200 おかし	짜장면(ちゃじゃんみよん) (かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん) ひやしきゅうり ばなな	ぎゅうにゅう やくぱ(やっぱ)
5 19	きん	ばんがゆ こうやどうふのペースと ぶろっこりーのペースと うすいやさいじる みるく 160	みるく 200	ばんがゆ とりささみのうすくすに ぶろっこりーのやわからかに やさしいじる みるく 120	みるく 200	しょくばん とうにゅうちきんぐらだん おんやさいさらだ やさしいじる みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん とうにゅうちきんぐらだん おんやさいさらだ おれんじ	ぎゅうにゅう おかかおにぎり
6 20	ど	つぶしがゆ ふのペースと にんじんのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ ふのうすくすに にんじんのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん ぶたもものうすくすに まかろにさらだ みそしる(きりほしだいこん) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ぶたにくのてりやき まかろにさらだ みそしる(きりほしだいこん・こまつな) ばなな	ぎゅうにゅう おーるれーずん せんべい
8 22	げつ	つぶしがゆ こうやどうふのペースと きゃべつのペースと うすいやさいじる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに きゃべつのやわからかに やさしいじる みるく 120	みるく 200	なんはん ぶたにくのしちゅー しょうゆふれんちさらだ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ほーくかれー しょうゆふれんちさらだ おれんじ	ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー
9 23	か	ばんがゆ じゃがいものペースと ぶろっこりーのペースと うすいやさいじる みるく 160	みるく 200	ばんがゆ じゃがいものやわからかに ぶろっこりーのやわからかに やさしいじる みるく 120	みるく 200	しょくばん じゃがいものかんとりーに ぶろっこりーのしおゆで とうにゅうこーんすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん じゃがいものかんとりーに ぶろっこりーのしおゆで とうにゅうこーんすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう ごまびび おにぎり
10 24	すい	うどんのくたくたに ふのペースと ほうれんそうのペースと うすいやさいじる みるく 160	みるく 200	うどんのやわからかに ふのうすくすに ほうれんそうのやわからかに やさしいじる みるく 120	みるく 200	Tallarín Verde (たじやりんべるで) (ペーのほうれんそうばすた) Papa a la huancaína (ぱはあわんかいな) やさしいじる みるく 80	みるく 200 おかし	Tallarín Verde (たじやりんべるで) (ペーのほうれんそうばすた) Papa a la huancaína (ぱはあわんかいな) (ペーのじゃがいものちーすそーすがけ) おれんじ	ぎゅうにゅう ばんぶていんぐ
11 25	もく	つぶしがゆ しろみざかなのペースと にんじんのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ しろみざかなのうすくすに にんじんのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん しろみざかなのうすくすに きりほしだいこんのもの みそしる(こまつな) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん さばのしおやき きりほしだいこんのもの みそしる(ふ・こまつな) ばなな	ぎゅうにゅう じゃむさんど
12 26	きん	つぶしがゆ きぬどうふのペースと きゃべつのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ きぬどうふのペースと きゃべつのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん どうふのまつかぜやき じゃがいものあまに みそしる(きゃべつ) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん どうふのまつかぜやき じゃがいものあまに みそしる(きゃべつ・こーん) おれんじ	ぎゅうにゅう まかろにの あべかわ
13 27	ど	つぶしがゆ ふのペースと ほうれんそうのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ とりささみのうすくすに ほうれんそうのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみのうすくすに すびなちさらだ みそしる(とうふ) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりももにくのこうみやき すびなちさらだ みそしる(とうふ・わかめ) ばなな	ぎゅうにゅう かりんとう さぶれ
16 30	か	つぶしがゆ しろみざかなのペースと にんじんのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ しろみざかなのうすくすに にんじんのやわからかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん しろみざかなのうすくすに きゅうりとにんじんのさんばいず みそしる(じゃがいも) みるく 80	みるく 200 おかし	むぎごはん さけのしょうがやき もやしのさんばいず みそしる(じゃがいも) ばなな	ぎゅうにゅう かすてら



# 4がつ めにゅー



2024.04.01

げつ	か	すい	もく	きん	ど
1	2	3	4	5	6
ごはん こうやどうふのそぼろに きゃべつのおこぶあえ みそしる(さつまいも・こまつな)  おれんじ	むぎごはん ふたればーのかおりあげ もやしのさんばいす みそしる(じゃがいも・あぶらあげ)  ばなな	たまごちゃーはん  にくだんごすーぶ  おれんじ	짜장면(ちゃじゃんみょん)  <small>(かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん)</small> ひやしきゅうり  ばなな	しょくばん とうにゅうちきんぐらたん おんやさいさらだ  おれんじ	ごはん ふたにくのてりやき まかろにさらだ みそしる(きりぼし・こまつな)  ばなな
ぎゅうにゅう ばりんこ びすこ	ぎゅうにゅう ふれんちとーすと	ぎゅうにゅう きなこくつきー	ぎゅうにゅう 약 밥(やっぱぶ)  <small>(かんこく・ちょうせんのこくとうおこわ)</small>	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	ぎゅうにゅう おーるれーずん うすやきせんべい
8	9	10	11	12	13
むぎごはん ほーくかれー しょうゆふれんちさらだ  おれんじ	しょくばん じゃがいものかんとりーに ぶろっこりーのしおゆで とうにゅうこーんすーぶ  ばなな	Tallarin Verde (たじゅりんべるで) <small>(ペーのほうれんそうばすた)</small> Papa a la huancaína (ぱぱあらんかいな) <small>(ペーのじゃがいものちーすそーすかけ)</small>  おれんじ	ごはん さばのしおやき きりぼしだいこんのもの みそしる(ふ・こまつな)  ばなな	ごはん とうふのまつかぜやき じゃがいものあまに みそしる(きゃべつ・こーん)  おれんじ	ごはん とりももにくのこうみやき すびなちさらだ みそしる(とうふ・わかめ)  ばなな
ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう ごまびっぴおにぎり	ぎゅうにゅう ばんぶでいんぐ	ぎゅうにゅう じゃむさんど	ぎゅうにゅう まかろにのあべかわ	ぎゅうにゅう くらかりんとう ここなっつさぶれ
15	16	17	18	19	20
ごはん こうやどうふのそぼろに きゃべつのおこぶあえ みそしる(さつまいも・こまつな)  おれんじ	むぎごはん さけのしょうがやき もやしのさんばいす みそしる(じゃがいも・あぶらあげ)  ばなな	たまごちゃーはん  にくだんごすーぶ  おれんじ	짜장면(ちゃじゃんみょん)  <small>(かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん)</small> ひやしきゅうり  ばなな	しょくばん とうにゅうちきんぐらたん おんやさいさらだ  おれんじ	ごはん ふたにくのてりやき まかろにさらだ みそしる(きりぼし・こまつな)  ばなな
ぎゅうにゅう ばりんこ びすこ	ちょうせいとうにゅう かすてら	ぎゅうにゅう きなこくつきー	ぎゅうにゅう 약 밥(やっぱぶ)  <small>(かんこく・ちょうせんのこくとうおこわ)</small>	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	ぎゅうにゅう おーるれーずん うすやきせんべい
22	23	24	25	26	27
むぎごはん ほーくかれー しょうゆふれんちさらだ  おれんじ	しょくばん じゃがいものかんとりーに ぶろっこりーのしおゆで とうにゅうこーんすーぶ  ばなな	Tallarin Verde (たじゅりんべるで) <small>(ペーのほうれんそうばすた)</small> Papa a la huancaína (ぱぱあらんかいな) <small>(ペーのじゃがいものちーすそーすかけ)</small>  おれんじ	ごはん さばのしおやき きりぼしだいこんのもの みそしる(ふ・こまつな)  ばなな	ごはん とうふのまつかぜやき じゃがいものあまに みそしる(きゃべつ・こーん)  おれんじ	ごはん とりももにくのこうみやき すびなちさらだ みそしる(とうふ・わかめ)  ばなな
ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう ごまびっぴおにぎり	ぎゅうにゅう ばんぶでいんぐ	ぎゅうにゅう じゃむさんど	ぎゅうにゅう まかろにのあべかわ	ぎゅうにゅう くらかりんとう ここなっつさぶれ
29	30				
	むぎごはん さけのしょうがやき もやしのさんばいす みそしる(じゃがいも・あぶらあげ)  ばなな				
	ちょうせいとうにゅう かすてら				