

4月 給食の献立

完全給食日のおしらせ

完全給食 4月 10日(金)

お誕生会 23日(木)

3歳以上児さんは主食はいりません。また、4月10日(金) は完全給食でカレーが給食に出ます。うさぎ・ぼんだ・きりんぐみさんは、名前を付けたスプーンを持ってきてください。

日・曜	3時間		3歳未満児	
			3歳以上児	
1日(水)	牛乳	おせんべい	大根の味噌煮 春雨の酢の物 みそ汁(たまご・ねぎ) りんご	ごはん
2日(木)	牛乳	かりんとう	すり身ハンバーグ 切干大根の煮付け みそ汁(豆腐・わかめ) バナナ	ごはん
3日(金)	牛乳	クッキー	スパゲッティミートソース 野菜サラダ コンソメスープ オレンジ	バターロール
4日(土)	ビスケット		焼きぎょうざ マカロニサラダ コーンシチュー りんご	クロワッサン
6日(月)	ヨーグルト・おせんべい		炒り鶏 中華風の酢の物 みそ汁(たまご・生しいたけ) バナナ	ごはん
7日(火)	牛乳	ビスコ	かしわうどん 小松菜の胡麻和え チーズ りんご	梅干しおにぎり
8日(水)	コーンフレーク牛乳かけ		煮魚(ほっけ) キャベツのおかか和え みそ汁(豆腐・ねぎ) バナナ	ごはん
9日(木)	牛乳	♡ピザトースト	肉じゃが 白菜のフレーク和え みそ汁(はんぺん・わかめ) パイン	ごはん
10日(金)	完全給食	牛乳・クッキー	カレーライス 野菜ナムル コンソメスープ(たまご・ねぎ) オレンジ	
12日(土)	おせんべい		ハムステーキ ポテトサラダ 白菜スープ 牛乳 りんご	バターロール
13日(月)	牛乳	じゃがりこ	醤油ラーメン 酢の物 チーズ バナナ	梅干しおにぎり
14日(火)	牛乳	おせんべい	豆腐入りさつま揚げ キャベツのなめ茸和え みそ汁(じゃがいも・わかめ) パイン	ごはん
15日(水)	牛乳	♡甘納豆マフィン	豚肉と野菜の味噌煮 ビーフンサラダ みそ汁(豆腐・わかめ) バナナ	ごはん
16日(木)	牛乳	ビスケット	タンドリーチキン きゅうりとちくわの和え物 みそ汁(大根・油揚げ) オレンジ	ごはん
17日(金)	牛乳	クッキー	マカロニグラタン 大豆とひじきの煮付け みそ汁(キャベツ・油揚げ) パイン	ごはん
18日(土)	おせんべい		チーズハンバーグ ツナサラダ 白菜とベーコンのシチュー りんご	クロワッサン
20日(月)	牛乳	かっぱえびせん	きつねうどん 白菜と炒り卵の和え物 チーズ パイン	梅干しおにぎり
21日(火)	牛乳	いもけんぴ	マーボー豆腐 きゅうりとささみの胡麻和え みそ汁(たまご・ニラ) バナナ	ごはん
22日(水)	牛乳	おせんべい	ポークビーンズ 白菜のおかか和え みそ汁(大根・しめじ) りんご	ごはん
23日(木)	お誕生会	牛乳♡スキムミルクマドレーヌ	親子丼 小松菜のしらす和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) パイン	
24日(金)	牛乳	とんがりコーン	鶏肉の唐揚げ ケチャップ炒め すまし汁(豆腐・わかめ) バナナ	ごはん
25日(土)	クッキー		焼きそば コールスローサラダ コンソメスープ 牛乳 りんご	バターロール
27日(月)	牛乳	チョコポッキー	かきたまそうめん きゅうりの酢の物 チーズ オレンジ	梅干しおにぎり
28日(火)	牛乳	鈴かすてら	南瓜コロケ スパゲッテサラダ 野菜スープ バナナ	クロワッサン
30日(木)	牛乳	♡フレンチトースト	厚揚げのそぼろ煮 青梗菜とカニカマの和え物 すまし汁(はんぺん・ねぎ) りんご	ごはん

●牛乳(乳製品・ヨーグルト)などは3時のおやつ時に出来ます(献立によって乳製品が重なってしまう日を除く)が、土曜日は給食に牛乳が付きません。

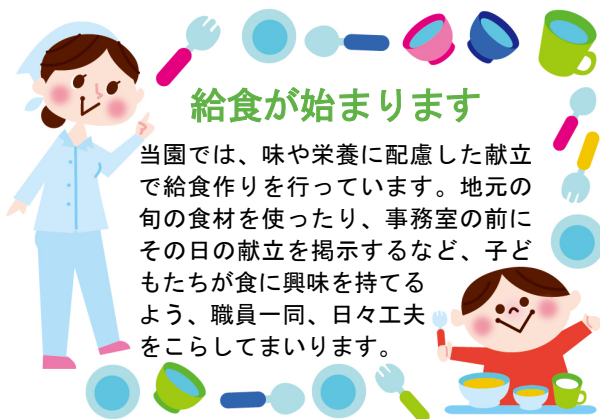
●献立は予告なく変更する場合があります。

●♡印は手作りおやつです



食育だより

暖かな春風に包まれ、入園・進級の日を迎えました。職員一同、子どもたちを喜んで迎えています。給食室では、旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



給食が始まります

当園では、味や栄養に配慮した献立で給食作りを行っています。地元の旬の食材を使ったり、事務室の前にその日の献立を掲示するなど、子どもたちが食に興味を持てるよう、職員一同、日々工夫をこらしてまいります。



食育ってどんなこと？

食育とは、さまざまな体験を通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食を営む力にとって、基礎ができる乳幼児期は重要な時期になります。

〈食育で目指す子どもの姿〉

- お腹がすくリズムの持てる子ども
- 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- 一緒に食べたい人がいる子ども
- 食事づくり、準備にかかわる子ども
- 食べものを話題にする子ども

1年間の食育目標

0、1歳児…「食べたい」という意欲を持つ
自分の意思で食べることを獲得する時期です。食べ物への興味を深め、「食べたい」という意欲を引き出しましょう。

2歳児…基本的な食べ方を身につける
食べ方を身につける時期です。食事のあいさつや、スプーンやフォークを上手に使えるようにし、よくかんで食べるように促しましょう。


3歳児…楽しく味わって食べる
食欲や会話力が増し、集団での食事が楽しみになる時期です。楽しい雰囲気作りを心がけましょう。おはしの使い方も練習し始めます。

4歳児…好き嫌いをせずに食べる
自分で選んで食べられる時期です。苦手な食材にも挑戦させましょう。味付けの工夫や食材の栽培、調理の手伝いなどから、克服できることもあります。

5歳児…食事の大切さやマナーがわかる
食生活の基礎が確立する時期です。三食をきちんと食べる、食事に感謝する、マナーを理解する、みんなと楽しく食事をするなど心掛けていきましょう。



保育所での食事に慣れるために



初めのうちは、子どもたちも新しい環境のなかで過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思います。どんな人がどんな場所で給食を作っているのかを知ることが、安心につながりますので、ご家庭でも話題にしてみてください。また、みんなで食事することの楽しさに気づけるように、保育者や調理担当者と協力して進めていきたいと思っております。

