



きゅうしょくだより 4月

令和2年3月27日発行 あいだこども園



こんだてひょう

4月の食事目標
園での食事に慣れる

ご入園・ご進級おめでとうございます
毎日の給食を楽しみに登園してもらえるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いたします。

家族で取り組みましょう！
「早寝 早起き 朝ごはん」

4月は新しく始まる環境に、頭も体も疲れやすい時期です。元気に毎日過ごすためにも生活のリズムを整えましょう。

「食えること」を大切に子どもたちに ～給食のこだわり～



安心・安全な食材

毎日食べるものが、私たちの体を作ります。食材はなるべく国産にこだわり、調味料やお菓子には無添加の物を使っています。また、0～2歳児のご飯は無農薬米です。



← 押し麦や雑穀米は未満児クラスの主食に使用します。食物繊維ミネラルを補給します。
← 霧の里牛乳(一番右)エサや水だけでなく、牛舎の環境を整え、健康な牛から絞った牛乳です。

おいしい給食

離乳食から素材の味を大切に、丁寧にとったお出汁を使うことで素材の持つ美味しさがわかる味覚を育てます。毎月のお誕生会や手作りおやつは子どもたちの楽しみの一つです。

体に良いものを選んで、病気に負けない体を作ります!!



祖父母の皆さんとのふれあいデー



0歳児(6か月から)の離乳食



おやつには果物を添えて、虫歯予防にもなります



正面玄関前には、離乳食や食材の展示もあります。

毎月行われるお誕生会では、季節感のあるメニューでお祝いします!



3月のおひなさまランチ

12月のクリスマスランチ

毎日が楽しい食育

食えることすべてが食育につながります。農園での野菜作りからクッキング、食事マナーなど、子どもたちの育ちに合わせた食育活動を0歳から行っています。楽しい食育で「食を営む力」を育みます。



0歳～2歳児は野菜に触れ、親しみを持つことで食への興味・関心を高めます。



4歳児はクッキー作りを楽しみにしています。イメージしながら道具を使って作る楽しさを学びます。



5歳児は「つぼん汁」作りを通して郷土料理を学びます。

日	曜日	3歳未満児		昼食	3時のおやつ
		10時のおやつ	主食		
1	水	牛乳・チーズ	白ご飯	ビーフカレー フルーツサラダ	牛乳 無添加菓子 果物
2	木	牛乳・いりこ	麦ご飯	鶏肉の照り焼き 春野菜のサラダ すまし汁	牛乳 しらすぎょうざ
3	金	ブルーヨーグルト	雑穀ご飯	鮭の塩焼 切干大根煮 豆乳豚汁	牛乳 ボールドーナツ 果物
4	土	牛乳・チーズ	白ご飯	親子汁 大根とハムのサラダ	お菓子とリンゴジュース
5	日				
6	月	牛乳・ビスケット	白ご飯	南瓜のすいとん汁 鶏レバーの甘辛煮 茹で野菜	牛乳 ピザトースト
7	火	牛乳・人参スティック	麦ご飯	魚の揚げびたし ほうれん草のごま和え 卵スープ	牛乳 きな粉とごまのクッキー 果物
8	水	牛乳・チーズ	きびご飯	豚肉とニラの大根スープ ちりめん納豆和え 果物	お茶 雑穀と小豆のおむすび
9	木	牛乳・いりこ	雑穀ご飯	牛肉の柳川煮 酢みそ和え いりこ(以上児)	お茶 ヨーグルト いわしせんべい
10	金			見知り遠足	
11	土	牛乳・いわしせんべい	ミニおむすび	焼きそば わかめスープ	お菓子とリンゴジュース
12	日				
13	月	牛乳・ビスケット	白ご飯	じゃがいものそぼろ煮 りんごとキャベツのサラダ チーズ(以上児)	牛乳 おしゃれバナナ
14	火	牛乳・人参スティック	麦ご飯	魚のクリームコーン焼き 野菜ソテー ミネストローネスープ	牛乳 焼いも
15	水	牛乳・チーズ	きびご飯	豚肉のしょうが焼き もやしのナムル 南瓜のおみそ汁	牛乳 ごま団子 果物
16	木	牛乳・いりこ	雑穀ご飯	筑前煮 小松菜と卵のすまし汁	牛乳 うどんかりんとう いりこ
17	金	ブルーヨーグルト	玄米ご飯	チキン南蛮 ボイル野菜 春雨スープ	牛乳 お菓子 果物
18	土	牛乳・いわしせんべい	白ご飯	肉団子汁 果物	お菓子とリンゴジュース
19	日				
20	月	牛乳・ビスケット	白ご飯	大豆の入ったビーフシチュー ミモザサラダ	牛乳 チーズ饅頭
21	火	牛乳・人参スティック	麦ご飯	レンコンとひじきのハンバーグ おかか和え じゃがいものおみそ汁	牛乳 お菓子 果物
22	水	牛乳・いりこ	きびご飯	魚と根菜の照り煮 むらくも汁	牛乳 ボールクッキー いりこ
23	木	牛乳・チーズ		お誕生会 3色サンドイッチ・フライドチキン・コーンスープ・果物など	牛乳 イチゴのケーキ
24	金	ブルーヨーグルト	雑穀ご飯	松風焼き 五目きんぴら 青梗菜のスープ	牛乳 じゃがいも餅
25	土	牛乳・いわしせんべい	麺	肉うどん ごま和え 果物	お菓子とリンゴジュース
26	日				
27	月	牛乳・ビスケット	白ご飯	マーボー豆腐 バンバンジーサラダ いりこ(以上児)	牛乳 アップルパイ
28	火	牛乳・チーズ	麦ご飯	肉じゃが 豆腐とわかめのおみそ汁	牛乳 お菓子 果物
29	水			昭和の日	
30	木	牛乳・いりこ	雑穀ご飯	ポークチャップ キャベツスープ	牛乳 人参マフィン 果物

※献立は都合により変更する場合があります