



4がつのこんだてひょう



今月の目標

「春の味覚を楽しもう」「食事のあいさつをしよう」

今月は、たけのこやアスパラガス、ふきなどの旬の食材を使った給食やおやつを作り、春の味覚を楽しめるようにします。また、たけのこの皮はぎやふきのすじとりなどのお手伝いを通して、食材に触れたり匂いを嗅いだりして、春を感じられるようにしたいと思います。

そして、食材の命をいただいていることや、食事が出来るまでにたくさんの人が携わっていることを年齢に応じて伝え、心を込めて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをするようにしていきます。

※青字は新メニューです。

令和2年 中部保育所

水		木		金
1 (午前のおやつ0. 1. 2歳児) きな粉マカロニ・パスチャライズ牛乳		2 麩の黒糖がらめ お茶		3 豆乳スープ お茶
ごはん 豚肉のしょうが焼き あらめの炒め煮 小松菜のおかか和え なめこ汁 あさりしぐれおにぎり パスチャライズ牛乳		ごはん さわらのソースフライ ほうれん草のごま酢和え 切干大根の煮物 鶏ごぼう汁・きよみオレンジ 野菜塩やきそば 牛乳		ごはん ハンバーグ グリーンサラダ ベイクドポテト 豆腐のすまし汁 のりおにぎり かりかりいりこ・お茶
6 入所のつどい 野菜クラッカー パスチャライズ牛乳	7 煮昆布 牛乳	8 みたらし団子 お茶	9 きな粉かぼちゃ 牛乳	10 煮豆 牛乳
ごはん 松風焼き チンゲン菜のさっと煮 こんにゃくのみそだれかけ 春雨スープ	ごはん 魚のコーンマヨ焼き きんぴらごぼう キャベツの甘酢和え 厚揚げのみそ汁	ごはん たけのこ鶏肉の煮物 ブロッコリーのチーズ焼き じゃが芋の梅サラダ 春キャベツのミルクスープ ぶんとん	ごはん 魚のみそ焼き たけのこのから揚げ ほうれん草のコーン和え 麩のすまし汁	ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き わかめサラダ 小松菜のおかか炒め きのこのすまし汁
大豆とじゃこの揚げ煮 パスチャライズ牛乳	ボン・デ・きなこ 牛乳	じゃこおにぎり お茶	もちもちふきおにぎり 牛乳	麩のかりんとう ミックスジュース
13 麩のきな粉がらめ パスチャライズ牛乳	14 ぱりぱりせんべい 牛乳	15 弁当の日 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳	16 わいわいクラブカフェ かりかりいりこ 牛乳	17 粉ふき芋 牛乳
ごはん 揚げレバーのケチャップがらめ じゃが芋とじゃこの ごま醤油和え 焼きアスパラ かきたま汁 鶏そぼろおにぎり パスチャライズ牛乳	板わかめごはん たけのこつくね 春雨の酢の物 春キャベツとあさりの酒蒸し しめじのみそ汁		五目うどん 納豆かきあげ アスパラの和え物 煮豆 きよみオレンジ	たけのこごはん 魚の塩焼き 春キャベツのみそ炒め もやしのナムル 若竹汁 りんご
20 麩の青のりスナック お茶	21 黒ごませんべい 牛乳	22 フルーツサンド(いちご) 牛乳	23 誕生会 チーズ お茶	24 クッキング きりん・ぱんだ・うさぎ組 蒸しかぼちゃ 牛乳
ごはん 鶏肉の照り焼き おからサラダ ほうれん草ののり和え 豆乳入りみそ汁	五穀ごはん 高野豆腐の揚げ煮 たけのこ田楽 小松菜のおかか和え ふきのみそ汁	牛丼 ごぼうの炒め煮 春キャベツのごま和え たけのこのすまし汁 りんご	カレーピラフ 鶏肉のレモンだれ 野菜の人参ドレッシングかけ しじみ汁 ぶんとん	ごはん アクアパッツァ風 のり巻きサラダ ごぼうのから揚げ ほうれん草のうの花和え
炒り玄米おにぎり パスチャライズ牛乳	中華おこわ 牛乳	鯛めし お茶	いちごのショートケーキ お茶	よもぎ団子 牛乳
27 人参ブリッツ パスチャライズ牛乳	28 もっちもちおから 牛乳	29 昭和の日 ＜今が一番おいしい食材＞ さわら、あさり、わかめ、 春キャベツ、アスパラ、 ふき、たけのこ、ぶん たん、いちご、きよみオ レンジ 	30 ブルーベリーヨーグルト お茶	 展示食について 給食・おやつ(3歳児 の量)、離乳食を毎日玄 関に展示していますの で、お迎えの時にご覧 ください。 
ごはん ひじきふりかけ ぎせい豆腐 納豆和え 切干大根のみそ汁 五平餅 パスチャライズ牛乳	ごはん 魚のカレー塩こうじ焼き 茹でスナックえんどう ほうれん草の白和え キャベツのみそ汁 ふりかけおにぎり 牛乳		ハヤシライス マセドアンサラダ スナックえんどうの 肉みそ炒め ぶんとん 豆乳あべかわ お茶	

ご入所・ご進級おめでとうございます

新しいお友だちを迎えて、新年度が始まりました。新しいクラスになり、子どもたちはわくわくドキドキしながらはりきって遊んでいます。今年度も、栽培やクッキング、お手伝いを通して食材に触れたり、温かい雰囲気の中で友だちや先生と一緒に給食をいただいたりしながら、食べることの楽しさや大切さを伝えていきたいと思っています。

また、安心・安全な食事作りを心がけ、ご家庭と一緒にお子さんの健やかな成長を見守っていきたく思いますので、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



保育所の給食について

給食は、和食を中心に作っています。だしは昆布や煮干し、かつお節、鶏がらでとり、野菜はできるだけ地元から仕入れ、旬の野菜を使うようにしています。調味料は添加物の少ないものを使い、「おいしい」給食作りを目指しています。また、おやつは食事の一部と考え、おにぎりを中心に作っています。

給食やおやつのおすすめレシピを保育会のホームページに載せています。玄関にもレシピを置いてありますので、ご覧ください。

＜弁当の日について＞

保育所では、月に1回「弁当の日」を設けています。子どもたちは弁当を作ってもらうことをとても楽しみにしていますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

今年度は荒木なつみ・金森亜希・高橋美恵子・加野恵美の4名で給食を作ります。食事について質問などありましたら、お気軽に声をかけてください。

