



4がつのこんだてひょう



平成29年 平田保育所

ご入所・ご進級おめでとうございます

新しいお友達を迎え、新年度がスタートしました。
 子どもたちに、栽培やクッキングなどの食に関する体験を通して、
 食べることの楽しさや大切さを伝えていきたいと思ひます。
 幼児期は、食事の習慣を身につける大切な時期です。心身の健やかな成長のために、ご家庭と連携をとりながら進めていきたいと思ひます。また、食事に関する悩みやレシピの紹介など、いつでもお応えします。各クラスの食事の様子なども献立表を通して伝えていきたいと思ひますので、どうぞご覧ください。

今月の目標
保育所の食事に慣れよう
食事のあいさつをしよう

保育所では、旬の食材を使い、
 添加物の少ない安全でおいしい食事を手作りしています。
 子どもたちが保育所での食事に慣れ、楽しみにしてもらえるように、心を込めて食事を作ります。



月	火	水	木	金
3 (午前のおやつ1・2歳児) 蒸しかぼちゃ 牛乳	4 かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	5 入所のつどい 野菜クラッカー 牛乳	6 麩の青のリスナック 牛乳	7 きな粉豆 牛乳
ごはん 松風焼き ひじきの煮物 切干大根のみそ汁 ぶんたん	ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ 春キャベツのスープ	ごはん 魚のコーンマヨ焼き 春キャベツのみそ炒め あさりのすまし汁 いちご	ごはん 豆腐の中華煮 アスパラの和え物 にら玉汁	ごはん さわらの竜田揚げ ばんさんすう ふきのみそ汁 きよみオレンジ
梅かつおおにぎり お茶	茶飯おにぎり パスチャライズ牛乳	豆腐ドーナツ 牛乳	じゃこおにぎり 牛乳	塩焼きそば 牛乳
10 ぶんたん お茶	11 粉ふき芋 牛乳	12 煮豆 牛乳	13 豆乳スープ お茶	14 煮昆布 牛乳
ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ひじきのマリネ 油揚げのみそ汁	五穀ごはん 鶏肉の照り焼き あらめの炒め煮 なめこ汁	肉みそうどん ポテトサラダ 春野菜スープ	ごはん 魚の塩焼き たけのこの土佐煮 具だくさんみそ汁 きよみオレンジ	ハヤシライス ごぼうサラダ いちご
ピラフ パスチャライズ牛乳	ふりかけおにぎり 牛乳	和風パセリごはん 牛乳	もちもちふきおにぎり 牛乳	きな粉団子 牛乳
17 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳	18 弁当の日 みたらし団子 お茶	19 ぱりぱりせんべい 牛乳	20 りんご 牛乳	21 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳
ごはん さわらのソースフライ 小松菜と切干大根の ごま酢和え しじみ汁		板わかめごはん 肉じゃが 春キャベツの和え物 たけのこのみそ汁	ごはん 鮭の衣焼き 切干大根の煮物 わかめのみそ汁	親子丼 ごぼうの炒め煮 春キャベツのごま酢和え
麩のかりんとう ミックスジュース	手作りパン・いちごジャム 牛乳	五平餅 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	あさりのしぐれおにぎり 牛乳
24 ブルーベリーヨーグルト お茶	25 煮昆布 牛乳	26 誕生会 かりかりいりこ 牛乳	27 煮豆 牛乳	28 ふかし芋 牛乳
ごはん さばの煮付け 小松菜の和え物 豆腐のみそ汁	ごはん 鶏肉のからあげ かぼちゃサラダ 麩のすまし汁	春色ごはん たけのこつくね アスパラサラダ わかめのみそ汁 きよみオレンジ	ごはん 揚げレバーの ごまソースからめ チンゲン菜のさっと煮 じゃが芋のみそ汁	筍ごはん 魚のみそ焼き 大豆の五目煮 若竹汁
よもぎ団子 パスチャライズ牛乳	鯛めし お茶	ショートケーキ 牛乳	塩おにぎり・かりかりいりこ お茶	豆乳あべかわ お茶

～お弁当の日があります～

保育所では、ほぼ月に1回お弁当の日があります。子どもたちが楽しみにしていますので、手作りのお弁当をよろしくお願ひします。

- 食べやすい大きさ・量にしましょう
- ・ごはんは小さめのおにぎりにすると食べやすいです。
- ・普段食べておられるくらいの量で良いです。
- ・おかずは食べやすい大きさにしてあげましょう。

○果物は少量にしましょう

《展示食について》

玄関に展示していますので、お迎への時にご覧ください。

*幼児食

子どもたちが食べた昼食とおやつ(3歳児の量)を展示しています。展示食の上には、その日の食材を赤・黄・緑の3色に分けて、お知らせしています。

*離乳食

5・6か月頃、7・8か月頃、9～11か月頃の食事を日替わりで展示しています。食事内容・調理形態・量など参考にしてください。

お手伝い

今年度も子どもたちに給食やおやつで使う食材を洗ったり、皮むき・種取りなどのお手伝いをしてもらいます。お手伝いすることで食事への興味ももて、食べる意欲につながっています。4月は、たけのこの皮むきを予定しています。

☆土曜保育を希望される方はお弁当・水筒・コップ袋を持ってきてください。おやつは保育所で用意します。

☆天候等の関係で、魚の種類や調理法を変更することもあります。ご了承ください。