



4がつのこんだてひょう



令和5年 平田保育所

ご入所・進級おめでとうございます

新しいお友だちを迎え、新年度がスタートしました。

今年度も日々のおいしい給食作りと、栽培やクッキングなどの食に関する体験を通して、子どもたちに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。

乳幼児期は、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、ご家庭と連携を取りながら食事の提供を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ので、お知らせください。そして、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。ご協力をどうぞよろしくお願いいたひます。

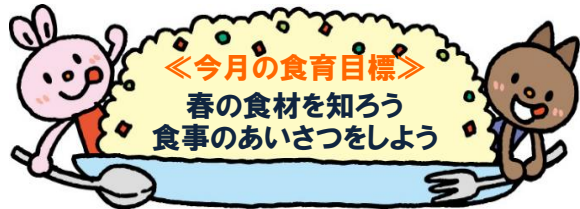


保育所では、ごはんが中心の和食献立を立てています。旬の食材を使い、安全でおいしい食事作りを目指しています。

子どもたちに楽しみにしてもらえように、心を込めて食事を作ります。



月	火	水	木	金
3 (午前のおやつ0・1・2歳児) 麩のココアラスク・お茶	4 みたらし団子 お茶	5 入所のつどい 野菜クラッカー 牛乳	6 きな粉マカロニ 牛乳	7 煮豆 お茶
ごはん 鶏肉の磯焼き 春キャベツのおかか和え 南瓜の煮物 はんぺん汁 黒豆おにぎり パスタライズ牛乳	ごはん/デコポン じゃが芋の肉みそグラタン フレンチサラダ 春キャベツの浅漬け しじみのすまし汁 炒り玄米おにぎり 牛乳	ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ほうれん草の和え物 たけのこきんぴら えのきのみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	ごはん 豚肉の甘だれ炒め 大豆サラダ 焼きアスパラ チンゲン菜のスープ 米粉のさつま芋蒸しパン 牛乳	ごはん 魚のクリームコーン焼き ブロッコリーのごまマヨ和え たけのこのから揚げ 豆腐のみそ汁・文旦 梅かつおおにぎり 牛乳
10 麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳	11 さつま芋のオレンジ煮 お茶	12 いちごヨーグルト お茶	13 ぱりぱりせんべい 牛乳	14 粉ふき芋 牛乳
ごはん 鶏肉の和風ピカタ チンゲン菜のさっと煮 はりはりなます なめこ汁 カレーピラフ パスタライズ牛乳	板わかめごはん 魚のチリソース グリーンサラダ 焼き南瓜 しめじのみそ汁 ひじきとツナのおにぎり 牛乳	ごはん キッズマーボー マセドアンサラダ 焼きブロッコリー 春キャベツのスープ 米粉のココアクッキー 牛乳	ごはん 牛肉のオイスターソース炒め ほうれん草のコーン和え 揚げごぼう 油揚げのみそ汁 きよみオレンジ レタスチャーハン 牛乳	ごはん 魚の照り焼き 春キャベツのみそ炒め 春雨の酢の物 若竹汁 りんご 鶏そぼろおにぎり 牛乳
17 きよみオレンジ パスタライズ牛乳	18 弁当の日 豆乳スープ お茶	19 もちもちおから 牛乳	20 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳	21 きな粉南瓜 お茶
ごはん 揚げレバーのケチャップ和え おからサラダ きくらげともやしのナムル 小松菜のみそ汁 さばのそぼろごはん パスタライズ牛乳	 米粉のロールケーキ お茶	ごはん つくね焼き ほうれん草の磯香和え ごぼうの梅煮 ふきのみそ汁 のりおにぎり 牛乳	たけのこごはん 魚の塩こうじ焼き もやしのごま酢和え 粉ふき芋/あさりのみそ汁 かわちばんかん じゃこおにぎり 牛乳	ドライカレー マカロニサラダ ゆでスナップえんどう フルーツヨーグルト よもぎ団子 牛乳
24 チーズ お茶	25 ごまプリッツ 牛乳	26 誕生会 煮昆布 牛乳	27 りんご 牛乳	28 大豆とごまのせんべい お茶
ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草のおかか和え ひじきのマリネ 豆乳入りみそ汁 しそおにぎり パスタライズ牛乳	ごはん 魚の変わり焼き 小松菜の納豆和え 切干大根の煮物 じゃが芋のみそ汁 五平餅 牛乳	春色ごはん/春雨スープ 鶏肉のから揚げ 野菜の人参ドレッシングかけ バイクドポテト きよみオレンジ 黒ごまチーズケーキ 牛乳	ごはん 厚焼き卵 小松菜の和え物 煮豆 南瓜のみそ汁 鮭おにぎり 牛乳	ごはん さばのみそ煮 和風サラダ アスパラの焼き浸し 麩のすまし汁 わかめおにぎり 牛乳



＜今月の食育目標＞
春の食材を知ろう
食事のあいさつをしよう

献立には、たけのこやスナップエンドウ、春キャベツなど春が旬の食材を取り入れています。子どもたちに春の食材について知らせ、旬を味わいたいと思ひます。

また、「いただきます」「ごちそうさま」が心をこめて丁寧に言えるように、あいさつをすることの意味をわかりやすく知らせます。

『食べることは食材の命をいただいていること』や『食事ができるまでに、たくさんの人が携わっていること』を年齢に応じて伝えたいと思ひます。

～お弁当の日があります～

保育所では、月に一度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

- ・ご飯はおにぎりにすると食べやすいです。
- ・普段食べてい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

- ・楽しみ程度にして、ご飯やおかずをしっかり食べましょう。



展示食について

送迎時に所内に入っていくようになると、毎日の給食・おやつ(3歳児の量)、離乳食を玄関に展示しますので、お迎えの時にご覧ください。

献立の変更について

天候等の関係で、魚の種類や調理方法を変更することがありますので、ご了承ください。

土曜共同保育について

土曜共同保育を希望される方は、弁当・水筒・コップ・箸(フォーク・スプーン)を持ってくるください。

おやつは保育所で用意します。