

令和 6年 4月

給食だより (以上児)

たちばなこども園

ご入園、ご進級おめでとうございます

新しい環境での生活が始まり、子どもたちは不安と緊張でいっぱいの毎日だとも思います。特に新しく入園する子どもにとっては、初めての給食が始まります。給食には好きなものだけではなく、食べ慣れていないものや苦手なものも出てきます。調理方法や雰囲気作りなど工夫して楽しく美味しく食べれるよう子ども一人ひとりの「食べる力」を育てていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

食育目標

みんなで楽しく食べよう!

みんなで一緒に食卓を囲んで、共に食べることを『共食(きょうしょく)』と言ひます。共食には、一緒に食べることだけではなく、「何かを作ろうか」と話し合って一緒に料理をしたり、食事の後に「おいしかったね」と語り合ったりすることも含まれます。

共食をするとどんないいことがあるの?

・一緒に食べる

- ⇒食事のマナーを伝えることができる
- ⇒子どもの健康状態を確かめられる
- ⇒いろいろな話をするこゝでコミュニケーションをはかることができ、お互いの絆を深め、社会性が身につく

・みんなが同じものを食べる

- ⇒周りの様子を見るこゝで、今まで苦手だった食べ物も「食べてみよう」という気持ちにつながる
- ⇒自分の好きなものばかりに偏らない
- ⇒栄養のバランスがよくなる

・子どものこゝろからの共食の習慣

- ⇒大人になつてからの食習慣の基本となる



4月献立 栄養価

	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄分
3歳以上児 (主食含まない)	390kcal	19.0g	229mg	2.3g
3歳未満児 (主食含む)	532kcal	20.9g	329mg	2.1g

給食室から

たちばなこども園では、こどもたちが食材の味を意識することが大切だと考え、素材の味や旨味をしっかり味わえるように、素材の味を活かし、食材本来の味を生かした献立を取り入れています。

毎日、検食ボックスで給食の掲示もしています。気になる献立がありま

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
行事予定				体育教室	布団持ち帰り	親子のつどい
献立	ごはん 味噌汁 春の肉じゃが ごま和え	わかめごはん かきたま汁 鶏肉の竜田揚げ 春雨の酢の物	バターロール ホワイトシチュー レーズンとみかんのサラダ	ごはん 清し汁 鮭の和風あんかけ 粉ふき芋	ふりかけごはん 味噌汁 ひじき入りハンバーグ ゆでブロッコリー	
午後間食	牛乳 米菓、クッキー	牛乳 オレンジ、米菓	牛乳 サンドクラッカー	牛乳 バナナと人参のパンケーキ	牛乳 米菓、クッキー	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
行事予定		英語であそぼう		大きくなったね		
献立	ごはん チンゲン菜スープ 春キャベツの ホイコーロー風 揚げシューマイ	ごはん 清し汁 鯖の味噌焼き 菜の花和え	レーズンパン わかめスープ ミートスパゲティ 蒸しブロッコリー オレンジ	カレーライス フルーツヨーグルト	しそごはん 味噌汁 お好み焼き風卵焼き ブロッコリーと カリフラワーの塩ゆで	ウインナーパン 牛乳
午後間食	牛乳 ミルクくずもち	牛乳 南瓜ドーナツ	牛乳 チーズで鉄分、米菓	牛乳 米菓、クッキー	牛乳 お米deブルーベリータルト	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
行事予定	音楽あそび				体育教室、身体測定 布団持ち帰り	土曜親子ふれあいデー 「親子でダンス」(4歳児)
献立	ごはん 味噌汁 赤魚の煮付け 人参とキャベツの おかかマヨ和え	ふりかけごはん 清し汁 新玉葱のフライ ひじきの和え物	バターロール 豆乳tコーンスープ ミートボールケチャップ煮 ゆでブロッコリー	ごはん 味噌汁 けんちょう (山口県の郷土料理) 卵まき	切り干し大根の混ぜ寿司 清し汁 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ	サンドパン 牛乳
午後間食	牛乳、米菓 鉄カルシウムウエハース	お茶 ヨーグルト	牛乳 新じゃがのふかし	牛乳、バナナ 米菓、クッキー	牛乳 米菓、クッキー	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
行事予定	音楽あそび 身体測定	英語であそぼう		避難訓練		
献立	ごはん 春野菜のカレースープ ウインナーと 青菜のソテー	わかめごはん 味噌汁 納豆かき揚げ ゆで野菜	ごはん にらと卵のスープ ウンパイロウ(四川料理) わかめのナムル	しそごはん 味噌汁 彩り卵焼き ほうれん草のおひたし バナナ	ごはん そぼろ豆腐 エビフライ ビーフンの酢の物	ハムロールパン 牛乳
午後間食	牛乳、いりこ 米菓、クッキー	牛乳 豆乳プリン(ホイップのせ)	牛乳 オレンジ、米菓	牛乳 たけのこチップ	牛乳 米菓、クッキー	
	29日(月)	30日(火)				
行事予定			昭和の日			
献立			レーズンパン 野菜スープ おじゃがのマヨ炒め ゆでブロッコリー 人参グラッセ			
午後間食			牛乳、おしゃぶり昆布 米菓、ビスケット			

