

令和 6年 4月

給食だより (未満児)

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はじまり、子どもたちは不安と緊張でいっぱいの毎日だとおもいます。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ら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

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
 - ⇒大人になっ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と味わえるように、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

| | 1日(月) | 2日(火) | 3日(水) | 4日(木) | 5日(金) | 6日(土) |
|------|---|--|--|--|--|---------------|
| 行事予定 | | | | | 布団持ち帰り | 親子のつどい |
| 午前間食 | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、オレンジ | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、クッキー | 牛乳、チーズで鉄分 いりこ、ビスケット | |
| 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 米菓、クッキー | 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 | |
| 行事予定 | 8日(月) | 9日(火) | 10日(水) | 11日(木) | 12日(金) | 13日(土) |
| 行事予定 | | | | 大きくなったね | | |
| 午前間食 | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、クッキー | 牛乳、チーズで鉄分 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、クッキー | 牛乳 いりこ、米菓 | |
| 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 鱈の味噌焼き 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 | 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 | お茶 ミルクくずもち | 牛乳 南瓜ドーナツ | 牛乳 オレンジ、米菓 | 牛乳 米菓、ビスケット | 牛乳 お米deブルーベリータルト | |
| 行事予定 | 15日(月) | 16日(火) | 17日(水) | 18日(木) | 19日(金) | 20日(土) |
| 行事予定 | | | | | 身体測定 布団持ち帰り | |
| 午前間食 | 牛乳 いりこ、クッキー | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳 いりこ、バナナ | 牛乳、チーズで鉄分 いりこ、米菓 | |
| 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) 卵まぎ | 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 米菓、クッキー | 牛乳 米菓、クッキー | |
| 行事予定 | 22日(月) | 23日(火) | 24日(水) | 25日(木) | 26日(金) | 27日(土) |
| 行事予定 | 身体測定 | | | 避難訓練 | | |
| 午前間食 | 牛乳 いりこ、米菓 | 牛乳、チーズで鉄分 いりこ、米菓 | 牛乳、 いりこ、オレンジ | 牛乳 いりこ、バナナ | 牛乳 いりこ、米菓 | |
| 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 彩り卵蒸し ほうれん草のおひたし | ごはん そぼろ豆腐 エビフライ ピーマンの酢の物 | 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 米菓 | 牛乳 たけのこチップ | 牛乳 米菓、クッキー | |
| 行事予定 | 29日(月) | 30日(火) | | | | |
| 行事予定 | | | | | | |
| 午前間食 | | 牛乳 いりこ、クッキー | | | | |
| 献立 | 昭和の日 | 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 米菓、ビスケット | | | | |

