



もりのキッチンだより

2022. 4

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しいお友達を迎え、わくわく、どきどきの新年度が始まりました。新しい生活に、緊張と不安でいっぱいだと思いますが、毎日元気に登園してほしいと思います。給食だよりでは、給食や食育に関する様々な事をお知らせしていきます。また、日々の給食を通して、食事の大切さや食べることの楽しさを子ども達に伝えていきたいと思っています。1年間よろしくお願ひ致します。

給食が始まります

園では畑で採れた食材や地元の農家さんから頂いた食材を取り入れていき、素材の味・栄養に配慮した献立で給食・おやつ作りをしています。郷土料理や行事食を食育の一環として子ども達に伝えていきたいと思っています。

保育園の給食に慣れるために

子どもたちが園の給食でどんなものを食べているのか、保護者の皆様も献立表をチェックしてみてください。また、ブログにて本日の献立を載せています。「今日は何を食べたのかな?」「どんな味がしたのかな?」と声をかけてあげることで食への関心が高まります。ご家庭でも食に関するお話をたくさんしてみてください。

給食に使用する

～お弁当箱の由来とおねがい～
東日本大震災をきっかけに当時たちはな組が「ぼくたちにできること」について話し合い、被災地での様子を見て「給食をお弁当箱にしたら…」という意見から、お弁当箱給食になりました。子ども達が一生懸命に考えた気持ちを大切に、保護者の皆様にはお手数をお掛けしますがご協力お願い致します。
※お弁当箱の水分や油汚れは食中毒の原因になります。しっかり洗い拭き取りをして持たせて下さい。

朝ごはんを食べましょう

朝食は一日のスタートです。朝起きたときの身体のエネルギー不足で体温も低い状態です。1回の量があまり多く食べられない子どもにとって朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう。

献立表

2022/04月分

稲取保育園(一般)

日	曜	10時おやつ	材料名	3時おやつ
01	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,ハンバーグ,大根煮,きぬさやの卵和え	ミルク,蒸しケーキ
04	月	麦茶,カルピ,さつぼろポテト	五目御飯,きぬさやのてんぷら,小松菜とささみのごま和え	ミルク,いちごケーキ
05	火	麦茶,アスパラガス	肉みそうどん,キャベツサラダ,ちくわのぬた	ミルク,蒸しパン
06	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,酢豚,厚焼き玉子,ほうれん草のナムル	ミルク,マカロニきな粉
07	木	麦茶,ビスケット	カレーライス,ナポリタン,大根とツナのあえ物	ミルク,バターラスク
08	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,鶏肉のマーメレード焼き,ひじき煮,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,コンフレーク
11	月	麦茶,カルピ,さつぼろポテト	御飯,松風焼き,かぼちゃのサラダ,キャベツの磯あえ	ミルク,フライドポテト
12	火	麦茶,アスパラガス	御飯,鶏肉のから揚げ,ひじきゴマネーズ,切干大根のサラダ	ミルク,クッキー
13	水	麦茶,たべっこどうぶつ	親子丼,三色サラダ,きぬさやの塩ゆで	ミルク,かぼちゃのケーキ
14	木	麦茶,ビスケット	御飯,さばの煮付け,かみかみサラダ,青菜の卵和え	ミルク,ジャムパン
15	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,鶏肉のご味噌焼,ポテトサラダ,小松菜のおかか和え	ミルク,スコーン
18	月	麦茶,カルピ,さつぼろポテト	カレーライス,コーンの中巻和え,ポイルブロッコリー	ミルク,ちぎりぱん
19	火	麦茶,アスパラガス	やきそば,ちくわ煮,コーンバター	ミルク,マドレーヌ
20	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,ウインナー胡麻パン粉揚げ,野菜のソテー,ほうれん草のお浸し	ミルク,チョコケーキ
21	木	麦茶,ビスケット	御飯,マーボー豆腐,千種焼き,梅ドレッシングサラダ	ミルク,シュガーパン
22	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,キッズナゲット,花野菜のサラダ,粉ふき芋	ミルク,むしケーキ
25	月	麦茶,カルピ,さつぼろポテト	カレーライス,切干大根の旨煮,キャベツのツナサラダ	ミルク,マーブルパウンドケーキ
26	火	麦茶,アスパラガス	ミートスパゲティ,厚焼き玉子,じゃがベーコン	ミルク,フルーツヨーグルト
27	水	麦茶,たべっこどうぶつ	中華どんぶり,ひじきの五目煮,三色なます	ミルク,お焼き
28	木	麦茶,ビスケット	御飯,ちくわ磯辺揚げ,マカロニサラダ,もやしとわかめのナムル	ミルク,バターラスク

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	537	19.7	17	195	2	165	0.29	0.38	23	3.3	1.7
目標量	574	23	16	259	2.5	213	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	94	86	106	75	80	77	94	106	105	92	106
3才未満児	456	16.3	14.5	187	1.5	124	0.23	0.33	17	2.7	1.3
目標量	462	18.5	12.8	212	2.3	187	0.25	0.27	20	3.2	1.5
充足率(%)	99	88	113	88	65	66	92	122	85	84	87