

献立表

2025/04月分

東伊豆認定こども園



もりのキッチンだよ

2025. 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。給食だよりで、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ひます。1年間よろしくお願い致します。

給食が始まります

園では、地元の農家さんから頂いた野菜や園の畑で作った野菜をたくさん使った給食を提供しています。素材の味・栄養に配慮しています。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ひます。

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、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。

お弁当箱給食の由来とおねがい

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」について話し合いました。「給食をお弁当箱にしたら…」という意見が出たことから、子ども達が一生懸命に考えた気持ちを大切に、お弁当箱給食になりました。ご協力をお願い致します。

※お弁当箱の水分や油汚れは食中毒の原因になります。しっかり洗い水分の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。朝起きたときは身体のエネルギー不足で体温も低い状態です。1回の量が多くなり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。

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	火	麦茶,アスパラガス	御飯,鶏肉のごまみそ焼,春きゃべつのお浸し,きぬさやの卵和え	フルーツヨーグルト
02	水	麦茶,たべっこどうぶつ	ミートソーススパゲッティ,ウインナーソーテー,チキンサラダ	ミルク,スコーン
03	木	麦茶,ビスケット	親子丼,じゃがベーコン,キャベツのツナサラダ	ミルク,バナナケーキ
04	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,松風焼き,三色サラダ,青菜の卵和え	ミルク,蒸しケーキ
07	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,ちくわ磯辺揚げ,ポテトサラダ,小松菜の胡麻和え	ミルク,あずきホットケーキ
08	火	麦茶,アスパラガス	おにぎり弁当	おせんべい
09	水	麦茶,たべっこどうぶつ	カレーライス,コールスローサラダ,大根煮	ミルク,レモンケーキ
10	木	麦茶,ビスケット	御飯,鶏肉のから揚げ,もやしとニラの和え物,オムレツ	ミルク,ジャムパン
11	金	麦茶,とんがりコーン	焼きそば,ひじき煮,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,マカロニきな粉
14	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,さばの煮付け,厚焼き卵,きゃべつ胡麻マヨネーズ和え	ブルーチェー
15	火	麦茶,アスパラガス	御飯,ハンバーグ,かぼちゃのサラダ,三色なます	ミルク,カップケーキ
16	水	麦茶,たべっこどうぶつ	にんじん御飯,鶏かつ,切干大根のサラダ	ミルク,コンブレク
17	木	麦茶,ビスケット	ハヤシライス,マカロニサラダ,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,シュガーパン
18	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,おからのつくね煮,キャベツのごま酢あえ,厚焼き玉子	ミルク,かぼちゃのケーキ
21	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,鶏肉のごまみそ焼,ひじき煮,春雨サラダ	ミルク,カステラケーキ
22	火	麦茶,アスパラガス	御飯,揚げ白身魚のあんかけ,小松菜のおかか和え,ポテトサラダ	ミルク,クッキー
23	水	麦茶,たべっこどうぶつ	カレーライス,サラダ,磯あえ	ミルク,いちごケーキ
24	木	麦茶,ビスケット	肉味噌うどん,ちくわ煮,もやしの彩り和え	ミルク,卵サンド
25	金	麦茶,とんがりコーン	マーボー丼,ウインナーポイル,コーンの中華和え	ミルク,お焼き
28	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,鶏のレモン揚げ,かみかみサラダ,レタスサラダ	ミルク,黒糖蒸しパン
30	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,キッズナゲット,小松菜のおかか和え,ひじきゴマネーズ	ミルク,蒸しケーキ

	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	538	22.2	16.6	237	2.2	186	0.29	0.44	25	4.7	1.8
目標量	576	23	16	261	2.5	212	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	93	97	104	91	88	88	94	122	114	131	113
3才未満児	470	18.9	14.5	228	1.7	141	0.24	0.39	19	3.9	1.4
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	101	102	112	107	74	75	96	139	95	118	93