

4月 食事だより

社会福祉法人 大和善隣館
 幼保連携型認定こども園 蓮代寺こども園 R6.4.1

桜の季節とともに、新年度がスタートしました。幼児期は食生活の基本を身につける大切な時期です。給食室も子どもたちの様子を見ながら、安全でおいしい食事づくりを心がけていきます。また、様々な食体験を通じて、より一層食への関心を持てるよう環境作りをしたいと思います。今年度もよろしくお願い致します。

こども園の給食で心がけていること

☆新鮮で安全性の高い食材（県内産・国内産）を使用し、地産地消に取り組んでいます。

野菜は、JA あぐりさんより仕入れてます!!

☆一人一人の発達に合わせた食事形態で提供しています。

☆旬の食材を取り入れ、季節を感じられるようにしています。

☆行事食や郷土料理などの伝統的な食事を取り入れています。

☆食中毒を防止するための衛生管理を徹底しています。

☆様々な形で食に関わる体験ができるよう取り組んでいます。



～誤嚥・窒息に注意しましょう～

誤嚥・窒息防止のため、給食ではプチトマト、ミニカップゼリー、なめこ、うすら卵、グリーンピース、ナッツ、白玉団子、節分豆等は使用しません。

お家の方でも、子どもたちに食べさせる時には、誤嚥・窒息する可能性がありますので気をつけていただきますよう、よろしくお願い致します。

園では、子どもたちの健やかな発育・発達を目指し、家庭と連携しながら食事・食生活などを進めています。食事における栄養量については、食事摂取基準を参考にし、一人一人の身体状況を把握しながら栄養素の目標量を設定しています。

蓮代寺こども園 栄養目標量				
年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1～2歳児	506kcal	19.0g	14.1g	1.6g 未満
3～5歳児	591kcal	22.1g	16.4g	1.7g 未満
4月平均栄養量				
1～2歳児	488kcal	20.0g	15.5g	1.5g
3～5歳児	527kcal	21.1g	15.2g	1.6g

日	曜	午前のおやつ(未満児)	昼食	午後のおやつ(全児)	離乳食
1	月	牛乳 ポーロ	カレーライス(大麦ごはん) ドレッシングサラダ トマト	ミルク せんべい	ツナとじゃが芋の旨煮 大根の旨煮 味噌汁
2	火	牛乳 ビスケット	魚の香り焼き 小松菜のごまあえ 豚汁	牛乳 ヨーグルトマフィン★	魚と野菜の旨煮 青菜の煮物 味噌汁
3	水	牛乳 バナナ	卵とじ丼 ポイルウインナー 塩もみ	ミルクいちご ビスケット	キャベツのそぼろ煮 さつま芋の旨煮 味噌汁
4	木	牛乳 せんべい	ホイコーロー ひじきナムル コーンかきたまスープ	牛乳 黒糖蒸しパン★	しらすとキャベツの旨煮 きゅうり煮 味噌汁
5	金	牛乳 オレンジ	照り焼きチキン 小松産大麦入りじゃが芋のマヨ炒め 味噌汁	野菜ジュース せんべい	じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの旨煮 味噌汁
6	土	お茶 ビスケット	焼きそば チーズ	お茶 せんべい	鶏味噌ぞうすい 野菜煮
8	月	牛乳 チーズ	魚の塩焼き きりぼしサラダ 味噌汁	牛乳 ウィンナーチーズマフィン★	魚と野菜の旨煮 なすの旨煮 味噌汁
9	火	牛乳 せんべい	江戸っ子煮 バンサンスー バナナ	牛乳 ジャムサンド★	煮豆マッシュ かぼちゃの旨煮 味噌汁
10	水	牛乳 ウエハース	さつま芋と青菜のクリーム煮 ちりじゃこサラダ トマト	ミルクココア せんべい	ツナとさつま芋の旨煮 白菜の旨煮 味噌汁
11	木	牛乳 バナナ	マーボー丼 シューマイ ほうれん草のナムル	ミルク ビスケット	マーボー豆腐 ほうれん草の旨煮 味噌汁
12	金	牛乳 オレンジ	たけのこの含め煮 甘辛肉団子 ブロッコリーのゴマネーズあえ	野菜ジュース クラッカー	ツナとブロッコリーの旨煮 さつま芋の旨煮 味噌汁
13	土	お茶 せんべい	パン チーズ りんごジュース	お茶 ビスケット	鶏味噌ぞうすい 野菜あん
15	月	牛乳 ポーロ	大豆ハンバーグ 粉ふきいも 味噌汁	牛乳 ひじきトースト★	豆腐と野菜の旨煮 じゃが芋の旨煮 味噌汁
16	火	牛乳 ウエハース	鶏肉のマーマレード煮 ブロッコリーと卵のサラダ コロコロスープ	ミルク クラッカー	大根としらすの旨煮 ブロッコリーの旨煮 味噌汁
17	水	牛乳 オレンジ	中華風五目スープ コールスローサラダ バナナ	牛乳 ミシュケ★	ツナとキャベツの旨煮 青菜の煮物 味噌汁
18	木	牛乳 チーズ	白身魚フライ ひじきサラダ チンゲン菜のスープ	ミルクいちご せんべい	魚と野菜の旨煮 きゅうり煮 味噌汁
19	金	牛乳 バナナ	カレー肉じゃが ほうれん草のツナあえ オレンジ	ジョア ビスケット	肉じゃが ほうれん草の旨煮 味噌汁
20	土	お茶 ビスケット	スパゲティイタリアン チーズ	お茶 せんべい	鶏味噌ぞうすい 芋の旨煮
22	月	牛乳 せんべい	春巻き スパサラダ 味噌汁	ヨーグルトあえ★	白菜とツナの旨煮 キャベツ煮 味噌汁
23	火	牛乳 ビスケット	タンドリーチキン ツナサラダ 卵とレタスのスープ	ミルク せんべい	キャベツのそぼろ煮 かぼちゃの旨煮 味噌汁
24	水	牛乳 バナナ	魚の立田揚げ ほうれん草の納豆あえ 味噌汁	ミルクココア ビスケット	魚と野菜の旨煮 ほうれん草の旨煮 味噌汁
25	木	ジョア	たけのこごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ すまし汁 (おたのしみパーティー)	いちごババロア★	煮奴 さつま芋の旨煮 味噌汁
26	金	牛乳 ポーロ	豚肉と大豆の磯煮 ごま酢あえ バナナ	ヨーグルト せんべい(以上児)	煮豆マッシュ なすの旨煮 味噌汁
27	土	お茶 せんべい	パン チーズ りんごジュース	お茶 ビスケット	鶏味噌ぞうすい 野菜煮
30	火	ヨーグルト	豚肉のケチャップ炒め さつま芋サラダ かきたまスープ	ミルク せんべい	ツナとさつま芋の旨煮 白菜の旨煮 味噌汁

*主食 ご飯…☆ パン…★ 🍷・・・小松産大麦を使ったメニュー ★・・・手作りおやつ ☆・・・おかゆ又は軟飯