



# きゅうしょくだより

## 2019年度4月分 小山保育園



【4月のテーマ】 うれしい給食

【食育目標】 保育園の給食に慣れる



### ご入園、ご進級おめでとうございます



新年度が始まり、希望と不安を抱いての入園・進級です。子供達の環境が変わり、保育園生活に慣れるまでは、多少疲れがでたり食欲が落ちたりすることもあります。「楽しく食べる子ども」になれるように調理方法や味付け、盛り付けなどを工夫しながら給食を作っています。給食で不安な事、心配等ございましたら、遠慮なくお尋ね下さい。



### 乳児



### 1~2歳児

- \* 月齢に応じて、ミルク、離乳食を提供します。
- \* 離乳食の開始は、月齢5~6か月ごろが適当です。
- ※月齢ごとの食事摂取基準量に沿って、お子様の状態に合わせて給与します。

- \* 午前のおやつ・昼食・午後のおよつ3回です。
- \* 昼食は、主食(ご飯)を含めた「完全給食」です。



### 3歳以上児

- \* 昼食・午後のおよつ2回です。
- \* 昼食の主食(ご飯)は、家庭からの持参となります。

### お弁当箱につめるご飯の量

- 3歳児→105g
- 4歳児→110g
- 5歳児→115g

目安です

※詰めすぎに注意しましょう

保育園の給食では、1日の40~50%の栄養量を摂ることができますが、残りのご家庭で、きちんとバランスのとれた食事をする事が大切です。「朝ごはん」は1日元気に過ごす為の、大切なスイッチです！しっかり食べて登園しましょう！

### 給食職員紹介

給食の時間が楽しくなるように、美味しい給食作りをしています。

#### 岡島 美和

好きな食べ物  
かに・いくら  
嫌いな食べ物  
脂っぽいもの

#### 小林 貴代

好きな食べ物  
和菓子  
嫌いな食べ物  
生クリーム  
いくら

#### 山下 美加

好きな食べ物  
焼肉・すし  
嫌いな食べ物  
セロリ・春菊

#### 山下 さくら

好きな食べ物  
焼肉・牛タン  
嫌いな食べ物  
レバー・ゴーヤ

1日げつようび そばろにやくどん わふうあえ  (つくし・すみれ・もも) たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう こくとうむしばん	2日かようび さかなのくらっかーやき びーふんいため  (つくし・すみれ・もも) もやしのみそしる ぎゅうにゅう さつまいものあまに	3日すいようび はんぱーぐ まかににさらだ  (つくし・すみれ・もも) とうふのみそしる ぎゅうにゅう きなこちんすこう	4日もくようび やきざかな かぼちゃのふくめに  (つくし・すみれ・もも) はくさいのみそしる ぎゅうにゅう ばなな うえはーす	5日きんようび まつかぜやき だいこんさらだ  (つくし・すみれ・もも) ふのみそしる ぎゅうにゅう おかかおにぎり	6日どうようび ちゃんぼん しらぬい   ぎゅうにゅう せんべい
8日げつようび かれーしちゅー びくるす   ぎゅうにゅう じゃむさんど	9日かようび さかなのみそつけやき こまつなのなやき  (つくし・すみれ・もも) えのきのすましじる ぎゅうにゅう ふらいどぼてと	10日すいようび ぎゅうにくだん もやしのおかかあえ  (つくし・すみれ・もも) たまねぎのみそしる むぎちや りんごよーぐると	11日もくようび さかなのたんだりーふう わかめのにも  (つくし・すみれ・もも) とうふのみそしる ぎゅうにゅう びすけつと	12日きんようび たいびーえん ちぎりあげに  (つくし・すみれ・もも) ゆかりごはん ぎゅうにゅう しらぬい くらっかー	13日どうようび すばげていなぼりたん ばなな   ぎゅうにゅう かりんとう
15日げつようび まーぼーどん はるさめのすのもの  (つくし・すみれ・もも) えのきのすましじる ぎゅうにゅう かりかりいりこ せんべい	16日かようび さかなのてりやき ごもくだいず  (つくし・すみれ・もも) かぼちゃのみそしる ぎゅうにゅう ようかん ふれーくあえ	17日すいようび ちくさやき もやしいため  (つくし・すみれ・もも) とうふのみそしる ぎゅうにゅう ちーずむしばん (ぼうさいしょく)	18日もくようび さかなのむにえる ぶろっこりーさらだ  (つくし・すみれ・もも) もやしのみそしる ぎゅうにゅう やきいも にまめ	19日きんようび あつあげのみそに じゃこあえ  (つくし・すみれ・もも) あおなのすましじる ぎゅうにゅう さくさくつきー まどれーぬ	20日どうようび やきうどん ばなな   ぎゅうにゅう こくとうどーなつぽう
22日げつようび はやしちゅー こーるすろーさらだ   ぎゅうにゅう ばななすこーん	23日かようび さかなのこうみやき はくさいのごますあえ  (つくし・すみれ・もも) たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう ふれーくあえ	24日すいようび ぶたじる ればーのあまからに  (つくし・すみれ・もも) ふりかけ ぎゅうにゅう すなっくぼん	25日もくようび さかなのまよねーずやき ひじきのいりに  (つくし・すみれ・もも) じゃがいものみそしる ぎゅうにゅう にまめ	26日きんようび とりにくのぼんこやき はるきやべつあまずあえ  (つくし・すみれ・もも) えのきののみそしる ぎゅうにゅう まどれーぬ	27日どうようび おみしりえんそく (あいじょうべんとう)   ぎゅうにゅう

