



きゅうしょくだより

令和3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

- * 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。



1~2歳児



3歳以上児

- * 昼食・午後のおよつ2回です。
- * 昼食は、主食(ご飯)を含めた「完全給食」です。

保育園の給食では、1日の40~50%の栄養を摂ることができます。残りをご家庭で、きちんとバランスのとれた食事をするのが大切です。「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！



			1日もくようび たきたてごはん さかなのすばいすやき じゃーまんぼてと なすのみそしる	2日きんようび ふたにくのしょうがやき もやしのごまあえ えのみそしる	3日どうようび やきそば ばなな
5日げつようび ごぼとんどん だいこんさらだ とうふのみそしる	6日かようび たきたてごはん さかなのこうみやき なやき だいこんのみそしる ばなな	7日すいようび わかめごはん ふたじる とりれぼーのあまからに	8日もくようび たきたてごはん さかなのみそつけやき ぼてとさらだ えのみすましじる	9日きんようび たきたてごはん とりにくのまーまれーどに はくさいのじゃこあえ しめじのみそしる	10日どうようび すばげていなほりたん おれんじ
ぎゅうにゅう みかんゼリー	ぎゅうにゅう くつきー	ぎゅうにゅう きなこーすと	ぎゅうにゅう りんご せんべい	ぎゅうにゅう ばななすこーん	ぎゅうにゅう せんべい
12日げつようび はやしらいす はるさめさらだ 	13日かようび たきたてごはん さかなのてりやき びーふんいため たまねぎのみそしる はるか	14日すいようび たきたてごはん とりにくとやさいのうまに もやしのおかかあえ とうふのみそしる	15日もくようび たきたてごはん やきざかな ちぎりあげに なすのみそしる いちご	16日きんようび 防災の日 てりやきちきん きりぼしのちゅうかさらだ えのみそしる	17日どうようび ちゃんぽん ばなな
ぎゅうにゅう びすけっと	むぎちや よーぐると うえはーす	ぎゅうにゅう ばななきなこあえ	ぎゅうにゅう ふらいどぼてと	ぎゅうにゅう ぼうさいしよく	ぎゅうにゅう くつきー
19日げつようび とうにゅうしちゅー わふうさらだ 	20日かようび たきたてごはん さかなのくらかーやき ひじきのいりに ちんげんさいのみそしる	21日すいようび たきたてごはん ちぐさやき かぼちゃのあまに とうふのみそしる	22日もくようび たきたてごはん さかなのちーずやき なつとう・ごまあえ なすのみそしる	23日きんようび たきたてごはん やみつきちきん にんじんのふくめに ふのみすましる	24日どうようび おみしりえんそく (あじょうべんとう)
ぎゅうにゅう ふれーくあえ	ぎゅうにゅう ふかしいも	むぎちや りんごよーぐると	ぎゅうにゅう あげばん	ぎゅうにゅう にまめ	
26日げつようび かれーらいす まかるにさらだ 	27日にちかようび たきたてごはん にざかな もやしいため はくさいのみそしる おれんじ	28にちすいようび たきたてごはん とりにくのからあげ はるきやべつのおまづあえ えのみそしる		30にちきんようび たきたてごはん あつあげのみーとそーす きゅうりのすのもの たまねぎのみそしる	
ぎゅうにゅう かりかりいりこ せんべい	ぎゅうにゅう あまなつとうむしばん	ぎゅうにゅう くりーむばん		ぎゅうにゅう ぶどうゼリー	

かみかみメニューを取り入れています！

献立の青文字表記が
かみかみメニューとなっています。
よくかんで食べる事は、頭やあごの骨・顔の筋肉の発育を促し、表情豊かな顔をつくり、脳の働きを活性化します。また、噛むことによって唾液の分泌もよくなります。よくかんで食べましょう！

「防災食」
園では、万が一のための防災食を備蓄しています！
2016. 4. 16 熊本地震災害を忘れないために、16日(金)に防災食を提供します