

給食だより

今江こども園

おおきくなあれ

令和6年 4月

桜の便りとともに、入園や進級の季節となりました。
今年度も安全でおいしい給食を心掛けながら、食を通して子どもたちの成長を応援していきたいと思ひます。
給食は、米田、森、澤本、宗玄、田中、舟津の6人で担当します。
どうぞよろしくお願ひいたします。



～園の給食について～



主食について

青、緑、黄組は主食(お弁当)を用意してください。

ごはん…何もかけない白ごはん

パン…ごはんがない時は、おかずの味を損なわない食パンなどを食べやすい大きさに切り分けてお弁当箱に入れてください。

菓子パンは持たせないようにお願ひします。

※赤、桃、ひよこ組は、園でその日の献立に合わせて、ごはんやパンが出ます。

誕生会について

誕生会には、主食としていろいろな混ぜご飯を出します。

青、緑、黄組の主食(お弁当箱)はいりません。献立表には☆印でお知らせします。

フードボックスについて

玄関ホールのでフードボックスに毎日の献立を掲示しています。(1歳児と4歳児の平均的な食事量です。)

献立についてはレシピもありますので、何でもお気軽にお尋ねください♪

☆家庭へのお願い☆

必ず朝食を食べてから登園してください。朝食を欠食すると、午前中に元気よく活動することができません。また、空腹状態が続くと食欲が低下して食事をおいしくたべることができないことがあります。



～食べることは生きること～

子どもたちが楽しんで食に興味関心を持てるように、今年も年間を通して色々な食育行事に取り組んでいこうと思ひます。子どもたちの発見や、たくさんの笑顔が見られることがとても楽しみです。

今月は青組さんが「たけのこの皮むき」をします。



日 曜	4月の献立	午後のおやつ	未満児の主食 午前のおやつ
1 月	魚の味噌煮、小松菜のごまあえ、豚汁	牛乳 せんべい	ごはん 牛乳、ビスケット
2 火	卵とじ煮、ブロッコリーサラダ、トマト	ジョア クラッカー	ごはん 牛乳、でこぼん
3 水	ホイコーロー、ひじきナムル コーンかき玉スープ	牛乳 りんご入りホットケーキ	ごはん 牛乳、せんべい
4 木	大麦入りチキンナゲット 切干大根のごま酢あえ、味噌汁	牛乳 ビスケット	わかめごはん ヨーグルト
5 金	ポークビーンズ、コールスローサラダ、バナナ	くだものゼリー ウエハース	ごはん 牛乳、チーズ
6 土	味噌ラーメン、ヨーグルト		牛乳、クラッカー
○ 8 月	カレーシチュー、ツナサラダ、チーズ	牛乳 クラッカー	カレーライス 牛乳、ポーロ
9 火	白身魚フライ、ひじきサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 ビスケット	ごはん 牛乳、せんべい
10 水	さつまいもと青菜のクリーム煮、ちりじゃこサラダ トマト	カルピスポンチ	パン 牛乳、チーズ
11 木	マーボー豆腐、蒸しシューマイ ほうれん草のナムル	ヨーグルト 小魚(以上児)	ごはん 牛乳、ビスケット
12 金	鶏肉のマーマレード煮、コロコロスープ ブロッコリーと卵のサラダ	牛乳 せんべい	ごはん 牛乳、いちご
13 土	パン、牛乳、チーズ		ヨーグルト
15 月	ビーフシチュー、キャベツのごまマヨネーズあえ トマト	ジョア クラッカー	パン 牛乳、ポーロ
16 火	江戸っ子煮、白菜のしらす和え、バナナ	牛乳 メープルマフィン	ごはん 牛乳、チーズ
17 水	魚の塩焼き、切干サラダ、味噌汁	牛乳 ミシュケ	ごはん 牛乳、バナナ
18 木	酢豚、スパサラダ、チーズ	牛乳 ビスケット	ごはん ヨーグルト
19 金	大豆ハンバーグ、粉ふきいも、味噌汁	くだものゼリー ウエハース	ごはん 牛乳、せんべい
20 土	パン、牛乳、チーズ		ジョア、クラッカー
22 月	チキンクリームシチュー、わかめフレンチ、トマト	牛乳 せんべい	パン 牛乳、ポーロ
23 火	豚肉と大豆の磯煮、パンサンスー、バナナ	牛乳 フライドポテト	ごはん 牛乳、チーズ
☆ 24 水	たけのこご飯、鶏の立田揚げ、マカロニサラダ すまし汁	牛乳 ケーキ	たけのこご飯 牛乳、せんべい
25 木	甘辛肉団子、和風サラダ、卵とレタスのスープ	ヨーグルト 小魚(以上児)	ごはん 牛乳、ビスケット
26 金	魚の香り揚げ、ほうれん草の納豆和え、味噌汁	牛乳 バームクーヘン	ごはん 牛乳、りんご
27 土	焼うどん、ヨーグルト		牛乳、ウエハース
29 月	昭和の日		
30 火	カレー肉じゃが、小松菜のお浸し、トマト	牛乳 せんべい	ごはん 牛乳、ポーロ

☆

今江こども園の給与目標量				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
以上児(青・緑・黄組)	425kcal	19.5g	14g	1.7g未満
未満児(赤・桃・ひよこ組)	509kcal	20.5g	15g	1.6g未満
今月の献立の栄養量の平均値です				
以上児(青・緑・黄組)	370kcal	17.1g	15.6g	1.4g
未満児(赤・桃・ひよこ組)	529kcal	20.3g	17.9g	1.4g

☆印は青・緑・黄組の主食(ごはん)はいらない日です。
○印はカレーライスの日で、ごはんをお皿に入れ替えてカレーをかけて食べますので、必ず白ごはんを持たせて下さい。