

# 4月

# きゅうしよく だより



令和3年4月1日発行



## 目標

楽しく食事をする中で園の食事に慣れる  
初めての保育園生活、進級して新しいクラスでの生活が始まります。  
食事の時間が大好きで、楽しい時間になるように私達も心がけます。

食事を通して、健康な心と体を育てます。

～ 我園のこだわり ～

- ごはんをしっかり食べる。お米は鯖江産のもので、五分づきです。
- 汁物、煮物、スープに使うだしは、煮干し、昆布、かつお節から取り、化学調味料は一切使用しません。
- 野菜は旬の物で、できるだけ地元の新鮮なものを使います。  
(子供達が園の畑で育てた野菜も使います。)
- 魚、大豆、海藻、野菜を多く使い、和食中心の献立にしています。
- 梅干し、発酵食品の漬物や味噌、塩麴を手作りし取り入れています。  
特に梅干し、味噌、たくあんは子供達と一緒に手作りしています。
- アレルギー除去食にも対応し、牛乳、乳製品、卵は給食に使用しません。
- 食も保育の一つと考え、食への興味や関心、喜び楽しさを感じられる様に働きかけます。

## お知らせとお願い

- 新園児さんへ  
慣れるまで、おにぎりと果物を園で用意します。
- きりん・ぞう・らいおん組さんへ  
毎日ごはんを持ってきてください。(ふりかけはかけないでください。)ただし、ごはんの日・カレーの日は園でごはんを用意します。(献立表に色付けがしてあります。)
- ★土曜日保育を希望される方は給食がありませんので、おかず付きのお弁当をお持ちください。
- ★おにぎり弁当の日は、うさぎ・きりん・ぞう・らいおん組のお子様は、おにぎりのみお持ちください。
- ★玄関横に、その日の給食と給食室からのメッセージを展示し、ホームページでは、食育の取り組みや、食事の様子等を載せています。お子様と一緒にご覧ください。
- ★朝食は午前中の活動の源となります。  
早寝早起きをして、朝ごはんを食べて登園しましょう。

食に関する相談などありましたら、  
気軽に給食室までお声がけください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>★印は手作りおやつの日です。 ※旬の果物を週に1～2回使用しています。 ※『カレーの日』は、3歳以上児のお子さんも、スプーンをお持ちください。 ※年齢や行事等により、食材やメニューが、一部変更する場合があります。ご了承ください。</p>		<p>ごはんの日  (ごはんはいりません)</p>	<p>1 ・肉じゃが ・青菜と キャベツのおかか和え物 ・いちご</p>	<p>2 ・白身魚のフライ ・ビーフンサラダ ・麩のすまし汁</p>	<p>3  入園式</p>
<p>5 ・鶏のごま唐揚げ ・焼きさつま芋 ・茹でブロッコリー ・わかめのみそ汁</p>	<p>6 ・魚の塩焼き ・切干し大根の炒め煮 ・小松菜のおひたし ・豆腐のすまし汁</p>	<p>7  ・新じゃがごはん ・スナップえんどうの和え物 ・あさりのみそ汁</p>	<p>8  おにぎり弁当の日 (うさぎ・きりん・ぞう・らいおん組 おにぎりのみお持ちください)</p>	<p>9 ・がんもどきの中華風煮 ・青菜と桜えびの和え物 ・こんぶの佃煮 ★りんご寒天</p>	<p>10  お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)</p>
<p>12 ・鯖のごまみそ焼き ・ブロッコリーと 人参の和え物 ・じゃが芋のすまし汁 ★よもぎおはぎ(3歳未満児)</p>	<p>13 カレーの日  ・しんよこえカレー ・春キャベツと わかめの酢の物 ・いちご</p>	<p>14  ・落と厚揚げのごはん ・青菜とちりめんの和え物 ・きのこのみそ汁</p>	<p>15 ・魚の唐揚げ ・ブロッコリーのサラダ ・春キャベツのすまし汁 ★よもぎ団子(3歳以上児)</p>	<p>16 ・新じゃがのコロッケ ・キャベツと もやしの赤紫蘇和え ・玉ねぎと しめじのみそ汁</p>	<p>17  同上</p>
<p>19 ・豚カツ ・スナップえんどうと じゃが芋の和え物 ・花麩のみそ汁 ★小豆入り蒸しパン(3歳未満児)</p>	<p>20 ・魚のムニエル ・菜ばなのお浸し ・えのきと みつ葉のすまし汁 ・りんご</p>	<p>21  ・春キャベツのチャーハン ・青菜と 焼き揚げの和え物 ・わかめのスープ</p>	<p>22 ・厚揚げの肉巻き ・焼きさつま芋 ・茹で野菜 ・なめこのみそ汁 ★小豆入り蒸しパン(3歳以上児)</p>	<p>23 ・鮭の塩麴焼き ・スナップえんどう ・人参のきんぴら ・にゅうめん汁</p>	<p>24  春の遠足</p>
<p>26 ・魚の照焼き ・青菜のおひたし ・焼きじゃが芋 ・きのこのすまし汁</p>	<p>27 ・春野菜のポトフ ・ブロッコリーと 糸寒天のサラダ ・きなこ ・デコパン</p>	<p>28  ・鮭とわかめのごはん ・青菜とえのきの和え物 ・豆腐のみそ汁</p>	<p>29  昭和の日</p>	<p>30 ・のし鶏 ・ブロッコリーの おかか和え ・春野菜のスープ</p>	