



# 食事だより



2024年 御幸保育園(357号)

## 保育園の食事

食は自然の恵みであり、食べることは生きる源。食は体だけでなく、喜びや幸せといった心の豊かさにも繋がります。保育園の食事は、栄養を補給するだけでなく、お友達との関わりを通して食べることを楽しみ合い、豊かな食の経験を積み重ねていくことをねらいとしています。

### おいしい食事

子ども達に必要な栄養を届けるために、食のおいしさはとても大切です。健康的な食事を子ども達が「おいしい」と感じることができるよう、保育園では多くの人が協力し、給食を作っています。

### たのしい食事

食の楽しさは、食そのもののおいしさと、人とのコミュニケーションから生まれるものです。保育園では1年の様々な行事を通して季節を感じ、日本の文化に触れることができます。子ども達は、毎日の食事と誕生日会や行事食を通して、食の楽しさと大切さを感じることができます。

### ★お知らせ・お願い★



☆給食は月曜日から土曜日まで毎日実施しています。

☆以上児(つばめ、はと、ひよこ組)は副食給食です。

- ・主食は持参して下さい。

給食はうす味を心掛けております。味の濃いふりかけなどはかけず、基本は白ごはんをお願いします。都合でパンになる場合は食パンかロールパンとし、菓子パンはご遠慮下さい。

- ・主食は子どもの食べられる量を調節して入れて下さい。

※主食を忘れた場合は園で用意します。(一食50円)

- ・土曜日は主食はいりません。
- ・水筒、歯ブラシ、うがいコップは毎日持たせて下さい。
- ・お誕生会ランチの日は箸、主食はいりません。

☆未満児(さくら、ゆり、すみれ組)は完全給食です。主食、副食とも園で用意します。

- ・食事用エプロン、おしぼりを持たせて下さい。
- ・スプーンは園で用意します。

☆食事時間 以上児…12時頃  
未満児…11時半頃

☆おやつは全児毎日(月～金)あります。

☆園外保育(以上児)の日は手作り弁当をお願いします。



### ■ご家庭へのおねがい

**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、空腹状態が長く続くと、食欲が低下し給食をおいしく食べることができないことがあります。





# 4月のこんだて

日	曜	献立名	おやつ	未満児加食	日	曜	献立名	おやつ	未満児加食
1	月	魚の味噌煮 小松菜のごま和え 豚汁	牛乳 肉まん	お茶 ビスケット ごはん	16	火	煮込みハンバーグ フライドポテト 味噌汁	牛乳 ビスケット	お茶 ウエハース ごはん
2	火	チキンカレー ドレッシングサラダ いちご	牛乳 せんべい	お茶 ポーロ ごはん	17	水	ポークビーンズ コールスローサラダ トマト	牛乳 スイートポテト	お茶 バナナ ごはん
3	水	卵とし煮・きゅうりの南蛮 (以)揚げ大豆小魚がらめ (未)煮豆	牛乳 桜もち	お茶 バナナ ごはん	18	木	お誕生会ランチ	みかんゼリー	お茶 せんべい たけのこごはん
4	木	大麦入りチキンナゲット 切り干大根のごま和え 味噌汁	フルーツポンチ	牛乳 せんべい ごはん	19	金	カレー肉じゃが ほうれん草のお浸し オレンジ	牛乳 豆腐ドーナツ	お茶 ポーロ ごはん
5	金	鮭フライ ひじきサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 黒糖蒸しパン	お茶 チーズ ごはん	20	土	スパゲティイタリアン 野菜ジュース		お茶 せんべい ごはん
6	土	焼きそば 野菜ジュース		お茶 せんべい	22	月	酢豚 わかめスープ トマト	ヨーグルト和え	お茶 せんべい ごはん
8	月	揚げギョーザ ツナサラダ 卵とレタスのスープ	乳酸飲料 ウエハース	お茶 ビスケット ごはん	23	火	ホイコーロー ひじきナムル コーンかきたまスープ	牛乳 たい焼き	お茶 ポーロ ごはん
9	火	江戸っ子煮 バンサンスー バナナ	ヨーグルト	お茶 ビスケット ごはん	24	水	さばの立田揚げ ほうれん草の納豆和え 味噌汁	牛乳 野菜かりんとう	お茶 チーズ ごはん
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	牛乳 ラスク	お茶 ウエハース パン	25	木	鶏肉のマーマレード煮 ブロッコリーと卵のサラダ ココロスープ	牛乳 小倉ロール	お茶 ウエハース ごはん
11	木	マーボー丼 シューマイ ほうれん草のナムル	牛乳 バームクーヘン	お茶 ポーロ ごはん	26	金	すき焼き煮 ごま酢和え バナナ	ミルクココア せんべい	お茶 ヨーグルト ごはん
12	金	たけのこの含め煮 肉団子 ブロッコリーのゴマネース和え	牛乳 野菜のホットケーキ	お茶 ビスケット ごはん	27	土	パン 牛乳 チーズ		お茶 せんべい ごはん
13	土	味噌ラーメン チーズ		お茶 せんべい	30	火	鶏肉の味噌マヨ焼き カレーポテサラ かきたまスープ	乳酸飲料 クラッカー	お茶 せんべい ごはん
15	月	さばのかば焼き 切り干しサラダ 味噌汁	牛乳 せんべい	お茶 チーズ ごはん	※都合により、メニューの変更がありますのでご了承下さい。				