



月	火	水	木	金	土
※入園、進級おめでとうございます※ 新年度がスタートしました。子ども達は新しい部屋で嬉しいようで張り切っています。新入園のお友達は初めての保育園生活に戸惑いもあると思いますが、安心して預けていただけるようおいしい給食を作ってお待ちしています。 毎日、子どもが元気に過ごすためにはやはり、「朝ごはん」です。「朝ごはん」をしっかり食べてから登園して来ていただきたいです。早寝早起きをして、朝ごはんを食べるといった基本的な“生活リズム”もう一度見直し、毎朝気持ちよく送りだしてあげましょう。					1 カレーピラフ オニオンスープ じゃが芋グリル焼 昆布 牛乳
3 進級お祝い献立 小豆ごはん 手羽元さっぱり煮 あすっこお浸し 味噌汁	4 ごはん 焼き魚 キャベツ酢の物 むらくも汁	5 ごはん 厚揚げ煮物 ポテゴロサラダ 味噌汁	6 ごはん 焼サバと新玉の煮物 バリバリこんにやく キャベツ塩スープ	7 ごはん 豚肉とキャベツの みそ炒め 干し大根煮物 ワカメスープ	8 梅じゃこおにぎり 豚汁
焼のりおにぎり 昆布 お茶	いちご大福 いりこ お茶	ごぼう唐揚げ にんじんごま和え お茶	人参おにぎり あすっごま和え お茶	よもぎ団子 昆布 お茶	ふかし芋 いりこ お茶
10 ごはん 麻婆豆腐 もやしのナムル 中華スープ	11 弁当の日	12 煮込みうどん 高野煮物 こんにやくと ごぼうのおかか煮	13 めのはごはん がんも煮物 たけのこ煮物 じゃが芋おかか和え 味噌汁	14 ごはん 魚の南蛮漬け たけのこ木の芽和え すまし汁	15 焼きそば ワカメスープ
きなこおはぎ 昆布 お茶	大豆いりこ お茶	青のりじゃこおにぎり 干し芋 お茶	焼団子 いりこ お茶	桜餅 昆布 お茶	蒸しじゃが芋 いりこ お茶
17 ごはん 魚にんにく風味焼き ほうれん草磯和え 味噌汁	18 ごはん ロールキャベツ アスパラごま和え すまし汁	19 ごはん 厚揚げステーキ もやしとニラの お浸し ビーンズスープ	20 たけのこごはん 煮魚 ほうれん草と 切干のごま和え 若竹汁	21 ごはん 肉じゃが 糸昆布炒め煮 味噌汁	22 親子遠足
★炊き込みおこわ ごぼうの煮物 お茶	よもぎスコーン 果物 牛乳	ぜんざい 昆布 お茶	梅きゅう海苔巻き いりこ お茶	マカロニきなこ 干し芋 牛乳	
24 ごはん 魚ごま揚げ キャベツ煮びたし 味噌汁	25 ごはん 豚肉とじゃが芋の 炒め物 小松菜ナムル すまし汁	26 焼サバのちらし寿司 春野菜の天ぷら もずくの味噌汁	27 ごはん ニラ入りハンバーグ レタスとワカメの 和サラダ キャベツ豆乳スープ	28 ごはん 牛肉とごぼうの煮物 納豆和え とろろ昆布すまし汁	29 昭和の日
豆乳スティックパン 昆布 牛乳	糸昆布のおにぎり 人参煮物 お茶	じゃが餅 いりこ お茶	めのはおにぎり 昆布豆 お茶	みたらし団子 昆布 お茶	都合により献立・材料を 変更する場合があります。 ★印は新メニューです。

ひまわり保育園の給食のこだわり

幼児期は身体の土台を作る人生の中で最も大事な時期です。「食べることは生きること」として、保育の中でも「食」を大切に考えています。子ども達の心と身体の両方を育てる給食として、次のことを大切にしています。

① ご飯食を基本とした1汁2菜の和食中心の献立。

米は分つき米に麦を加えて炊いています。

② 旬の食材を大切にし、素材の味を生かした薄味の食事。

旬の食材は、その物の持つ本来の味を生かせるような味付けにしています。地元の農家さんに新鮮な野菜を届けていただいています。季節感のある食事作りを心がけています。

③ 安心安全な食品を吟味し、国産の食材を使用。

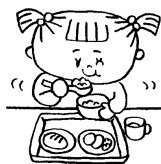
残留農薬などの心配がある輸入食品や、添加物の多く含まれた加工品は使用しません。だしも天然だしでいりこ(飛魚・いわし)、昆布、かつお節、鶏がらを使っています。

④ 野菜、魚をしっかり食べられる献立。

家庭では食べにくい食材も、たくさん遊んでお腹がすいた時に、友達と食べることでいつの間にか食べられるようになります。

⑤ おやつは第4の食事と考え、手作りを心がける。

米、芋、豆製品、団子、野菜を中心にしたおやつを考えています。



※おしらせ※

4/11(火) お弁当の日

新年度早々のお弁当の日となり申し訳ありませんが、よろしくお願いします。

4/22(土) 親子遠足

お弁当の準備をよろしくお願いします。おやつは保育園で用意しますので必要ありません。



私たちが作っています。

☆山下 京 ☆小村祥子 ☆高橋裕美 ☆橋本春代

4人のメンバーで楽しく給食、おやつを作っています。子どもたちの笑顔が私たちのエネルギー源です。毎月、献立表、しよくじだより、離乳食だよりといろいろな情報やメニューを紹介します。それぞれ、子育て、孫育ての真っ最中!! 悩みは同じです。給食室にいますのでいつでも気軽に声をかけてください。

毎日、かわいい子どもたちに癒されながら、今年度もおいしい給食、おやつを作っていきたいと思います。よろしくお願いします。