



月		火		水		木		金		土	
1	ごはん 焼鯖と新玉の煮物 あすっこお浸し 味噌汁(切干)	2	進級お祝い献立 小豆ごはん 手羽元唐揚げ キャベツじゃこ和え すまし汁	3	めのはごはん 肉じゃが ほうれん草磯和え 味噌汁(高菜)	4	ごはん 魚のパン粉焼 バリバリこんにやく キャベツ塩スープ	5	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	6	梅じゃこごはん 味噌汁(玉葱)
焼団子 いりこ お茶		★よもぎおはぎ するめ お茶		ごぼう唐揚げ 昆布 お茶		桜餅 いりこ お茶		焼きのりおにぎり にんじんおなか煮 お茶		パン 昆布 牛乳	
8	煮込みうどん 高野煮物 こんにやくと ごぼうのおかか煮	9	ごはん 焼き魚 人参ごま和え 味噌汁(キャベツ)	10	ごはん 牛肉とごぼうの 煮物 納豆和え すまし汁	11	ごはん 魚のごま揚げ レタスとワカメの サラダ 味噌汁(厚揚げ)	12	ごはん 厚揚げステーキ ポテゴロサラダ むらくも汁	13	塩おにぎり 豚汁
人参おにぎり 野菜煮物 お茶		大豆いりこ お茶		★よもぎ入り五平餅 いりこ お茶		味噌スコーン 昆布 牛乳		いちご大福 するめ お茶		パン いりこ 牛乳	
15	ごはん 麻婆豆腐 もやしのナムル ★レタス中華スープ	16	ごはん 魚にんにく風味焼 たけのこの 木の芽和え ビーンズスープ	17	ごはん ロールキャベツ アスパラごま和え 味噌汁(もやし)	18	ごはん ミニがんも煮物 キャベツナムル 鶏団子スープ	19	ごはん 魚の南蛮漬け たけのこ煮物 味噌汁(チンゲン菜)	20	五目おにぎり 味噌汁
もちもちじゃが餅 いりこ 牛乳		炊き込みおこわ 野菜煮物 お茶		ぜんざい 昆布 お茶		青のりじゃこおにぎり するめ お茶		黒豆ホットケーキ 果物 牛乳		じゃが芋グリル焼 いりこ 牛乳	
22	ごはん ニラ入りハンバーグ 春野菜ホットサラダ とろろ昆布すまし汁	23	焼鯖のちらし寿司 春野菜の天ぷら もずくスープ	24	ごはん 豚肉と じゃが芋の炒め物 キャベツ煮びたし 味噌汁(なめこ)	25	たけのこごはん 魚の塩麴焼き パンサンスー 若竹汁	26	ごはん 豆腐野菜あんかけ 小松菜お浸し キャベツ豆乳スープ	27	遠足 
めのはおにぎり 野菜煮物 お茶		みたらし団子 昆布 お茶		ロールパン いりこ 牛乳		マカロニきなこと するめ 牛乳		梅キュウ海苔巻 昆布 お茶			

29 昭和の日



30 退位の日



入園、進級おめでとございます

保育園での新しい1年がスタートしました。安心して預けていただけるよう、サポートします。

在園児さんも、みんなが進級して嬉しいようで張り切っています。そんなやる気を支えるためにも『朝ごはん』をしっかり食べてから登園をお願いします。そのためにも早寝(9時までには寝る)早起き(6時半までに起きる)をして朝ごはんを食べるという基本的なリズムをもう1度見直しましょう。毎朝、気持ちよく送り出してあげてください。

お知らせ



4/27(土) 親子遠足

戸外に出かけ、ゆったりとした時間を過ごしたいと思います。お弁当の準備をお願いします。
おやつは保育園で用意しますので必要ありません。

ひまわり第1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。子どもたち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。

米は分付き米に麦を加えて炊いています。

② 旬の食材を大切に、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。

⑥ 楽しく食べる。食事の時間は楽しいが1番。一緒に食べることで心と身体が育ちます。



私たちが作っています。☆山下 京 ☆柘植 まゆみ ☆高橋 裕美 ☆橋本 春代

4人のメンバーで給食・おやつを作ります。毎月、献立表、しょくじだより、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。食事を通して、子どもたちの心も身体も豊かにできるよう、精一杯がんばります。毎日、かわいい子どもたちに癒されながらおいしい給食、おやつを作っていきたいと思います。今年度もよろしくをお願いします。