

# 4月献立



2019年度4月予定献立表  
ひまわり第2保育園  
\*献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
ごはん 麻婆豆腐 キャベツのきのこ和え すまし汁	ごはん 焼き魚 干し大根の煮物 味噌汁	<入園・進級お祝い献立> 小豆ごはん 手羽元の照り煮 あすっこの浸し すまし汁	ごはん がんもの煮物 キャベツのソテー 昆布の煮物 味噌汁	ごはん 焼き鯖と新玉の煮物 ほうれん草の浸し 味噌汁	チキンライス 味噌汁
1	2	3	4	5	6
のりおにぎり・いりこ・お茶	黒ゴマ焼き団子・するめ・お茶	桜餅・いりこ・お茶	焼き芋・昆布・牛乳	切り干しおにぎり・するめ・お茶	パン・果物・お茶
ワカメごはん 高野の煮物 切り干し中華サラダ 味噌汁	ごはん ポークビーンズ 水ふきの梅煮 すまし汁	ごはん 魚のにんにく風味焼き あすっこの白和え 味噌汁	ごはん 肉じゃが 春雨の酢の物 味噌汁	ごはん 厚揚げの中華煮 マカロニサラダ 豆乳汁	そばごはん 味噌汁
8	9	10	11	12	13
青のりおにぎり・するめ・お茶	よもぎ小豆団子・いりこ・牛乳	ふきのおにぎり・昆布・お茶	ジャムサンドパン・いりこ・牛乳	きな粉団子・するめ・お茶	パン・果物・お茶
ごはん 魚の梅味噌焼き 刻み昆布の炒め煮 焼きアスパラ わかめスープ	ごはん 五目豆 あすっこのナムル 味噌汁	ごはん 肉団子の真珠蒸し あらめの煮物 味噌汁	ごはん 魚のごま揚げ キャベツの梅和え じゃが芋の煮物 オニオンスープ	筍ごはん 高野と干し大根の煮物 ポテトサラダ 若竹汁	めのはごはん 豚汁
15	16	17	18	19	20
焼きおにぎり・するめ・お茶	じゃが餅・いりこ・牛乳	玄米ベークル・昆布・お茶	ふかし芋・するめ・牛乳	きな粉おはぎ・いりこ・お茶	パン・果物・お茶
ごはん 豆腐のきのこあんかけ 切り干し酢の物 味噌汁	焼き鯖のちらし寿司 ホットサラダ すまし汁	ごはん 厚揚げのマヨ味噌焼き 筍の煮物 人参ののり和え 味噌汁	お弁当の日 	ごはん 豚肉と筍の炒め物 煮豆 アスパラのごま和え 味噌汁	煮込みうどん じゃが芋の おかか和え
22	23	24	25	26	27
黒米おにぎり・昆布・お茶	みたらし団子・するめ・牛乳	大豆いりこ・果物・お茶	よもぎ大福・筍の木の芽和え・お茶	五平餅・いりこ・お茶	パン・果物・お茶
ごはん 煮魚 ニラともやしのナムル ごま味噌汁	お弁当の日	<h2 style="text-align: center;">入園・進級おめでとうございます</h2> <p>新年度が始まりました。新しいお友だちも加わり、新たなクラスに子どもたちもみんなわくわくしています。 乳幼児期は、一生の食生活をつくる土台になる大切な時期です。保育園では、素材の味をしっかりと感じられるように、薄味を心がけています。初めは少し抵抗がある子どもさんもいるかもしれませんが、ご家庭と協力しながら、ゆっくりと一緒に子どもたちの食生活を築けるように頑張りますので、よろしくお願いします。</p>			
29	30				
じゃが芋のグリル焼き・昆布・牛乳	パン・いりこ・お茶				



## 保育園の食事で大切にしていること

- 旬の食材をたっぷり使い、季節を感じられるような献立作りをしています。
- 和食を中心とした献立で、出雲地方に伝わる伝統食や行事食も伝えています。
- 化学調味料は一切使わず、ダシは昆布・かつお・いりこ・鶏ガラを使い、自然で本物の味が伝わるようにしています。
- 食材はなるべく安心して食べられるものを使っています。  
(無添加の調味料、減農薬米、減農薬野菜など)
- 農家の方と契約をし、新鮮な野菜を届けてもらっています。
- 味覚を形成していく大切な時期なので薄味にしています。
- 触れた感じの良い磁器、陶器の食器(年長は木の汁椀)、木の箸を使っています。

玄関に入って左側に、その日の給食・離乳食・おやつが展示してあります。子ども達のその日の給食の様子などについても書いてありますので、ぜひみてください。



\*お弁当の日について  
月に一度、お弁当の日を設けています。お忙しいとは思いますが、子どもたちが楽しみにしていますので、よろしくお願いします。

\*公開給食について  
各クラス年1回(年長2回)行います。子どもたちと一緒に楽しく食事をしてもらい、懇談会では子どもの食について考えていきたいと思っております。保育園の食事の様子も分かる機会ですので是非ご参加ください。日程は、決まり次第お伝えします。

