

4月献立



2021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 がんもの煮物 あらめの煮物 酢の物 味噌汁 | ごはん 魚の照り焼き 切干大根の煮物 あすっこののり和え 味噌汁 | チキンライス 味噌汁 |
| | | | 五平餅・いりこ・お茶 | きな粉団子・昆布・牛乳 | パン・果物・お茶 |
| ごはん 麻婆豆腐 ほうれん草のおひたし すまし汁 | ごはん 肉じゃが 梅サラダ 味噌汁 | めのはごはん 高野豆腐の煮物 ポテトサラダ すまし汁 | (入園・進級お祝い献立) 小豆ごはん から揚げ じゃが芋のグリル焼き あすっこのごま和え 味噌汁 | ごはん 焼き魚 にんじんのおかか煮 キャベツの酢の物 味噌汁 | 牛肉しぐれごはん 味噌汁 |
| 梅じゃこおにぎり・するめ・お茶 | 桜餅・いりこ・お茶 | よもぎ団子・昆布・牛乳 | 夕焼けおにぎり・するめ・お茶 | マカロニきな粉・いりこ・牛乳 | パン・果物・お茶 |
| ごはん 厚揚げの中華炒め キャベツの酢の物 オニオンスープ | ごはん 煮魚 ふきの梅煮 アスパラのごま和え 味噌汁 | ごはん ポテトコロッケ 切り干しサラダ 味噌汁 | 焼サバのちらし寿司 ほうれん草のナムル すまし汁 | ごはん ポークビーンズ ホットサラダ 味噌汁 | そばろごはん 味噌汁 |
| めのはおにぎり・いりこ・お茶 | 黒ゴマ焼き団子・昆布・牛乳 | よもぎ蒸しパン・するめ・牛乳 | ぜんざい・いりこ・お茶 | ふきおにぎり・昆布・お茶 | パン・果物・お茶 |
| ごはん 炒り豆腐 切り干し中華サラダ 味噌汁 | 筍ごはん 厚揚げの そばろあんかけ 刻み昆布のサラダ 若竹汁 | ごはん 魚のごま味噌焼き にんじんの煮物 焼アスパラ あさりのチャウダー | ごはん 豚肉と筍の炒め物 納豆サラダ 味噌汁 | お弁当の日  | 鮭と小松菜のごはん 味噌汁 |
| きなこおはぎ・昆布・お茶 | じゃが餅・するめ・牛乳 | 切り干しおにぎり 葉玉の煮物・お茶 | みたらし団子・いりこ・牛乳 | よもぎ大福・いりこ・お茶 | パン・果物・お茶 |
| ごはん 豆腐の五目焼き 青菜のおかか和え すまし汁 | ごはん 魚のあんかけ 筍の木の芽和え アスパラのおかか和え 味噌汁 | ごはん 酢豚 キャベツのしらす和え 味噌汁 | 昭和の日  | ごはん 卵の花の炒り煮 にらともやしのナムル すまし汁 | |
| あらめのおにぎり・するめ・お茶 | 蒸かし芋・いりこ・牛乳 | 海苔巻き・昆布・お茶 | | みそスコーン・いりこ・牛乳 | |

✿入園・進級おめでとうございます

～保育園の食事で大切にしていること

新年度が始まりました。新しい友だちも加わり、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、よろしくお願い致します。

- ◆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きます。
- ◆化学調味料はいっさい使わず、ダシは昆布、かつお、いりこ、鶏がらを使い、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。
(無添加の味噌、しょうゆ、みりん等の調味料、減農薬米、減農薬野菜など)
- ◆農家の人と契約し、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。
- ◆触れた感じのよい磁器、陶器の食器(年長は木の汁椀)、木の箸を使っています。

～食事展示のおしらせ～

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。給食の量はうさぎ組(2歳児量)が食べているくらいの量です。子ども達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、ぜひ見てみてください。



- 給食は川上、渡部、吉田、木原の4人で調理しています。何か気になることがありましたら、気軽にお声掛けください。
- 子どもたちのおいしいと喜ぶ顔がたくさん見られるように食事を作っていくしたいと思いますので、よろしくお願い致します！