

# 4月 献立表



\*都合により、献立を変更する場合があります。

## 進級・入園おめでとうございます

桜が満開に咲き、日を追うごとに暖かくなってきました。今日から新年度が始まり子どもたちは新しいクラスに胸を弾ませながら登園してきてくれました。

こころもからだも大きく成長するこの時期に関わることができ、嬉しく思います。‘食べることは生きること’ 食べることが大好きな子どもたちに成長してくれるよう職員一同頑張っていきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
5 ごはん 豚肉ときゃべつの 味噌炒め じゃが芋のおかか和え すまし汁	6 めのはごはん 高野豆腐の煮物 きゃべつの梅サラダ 味噌汁	7 ごはん 魚のごま焼き レタスとわかめの サラダ すまし汁	1 ごはん 魚のにんにく醤油焼き 納豆サラダ 味噌汁	2 ごはん 厚揚げの煮物 あすっこのお浸し そうめん汁	3 炊き込みご飯 味噌汁
12 ごはん 麻婆豆腐 アスパラのおかか和え 春きゃべつ塩スープ	13 小豆ごはん 手羽元の照り焼き ポテトサラダ すまし汁	14 ごはん 焼きさばと新玉の煮物 あすっこの煮浸し 味噌汁	8 ごはん 肉じゃが ほうれん草のお浸し 味噌汁	9 ごはん 煮魚 ホットサラダ すまし汁	10 肉うどん あすっごごま和え
19 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き じゃが芋の煮物 すまし汁	20 ごはん がんもの中華煮 アスパラのごま和え わかめスープ	21 ごはん ロールキャベツ 春雨の酢の物 たけのこの煮物 すまし汁	いなりずし あすっこソテー お茶	桜餅 するめ 牛乳	コッペパン 昆布 お茶
26 ごはん 厚揚げ味噌焼き 刻み昆布の炒め煮 中華スープ	27 焼きさばのちらしずし アスパラのおかか和え 人参のごま味噌煮 すまし汁	28 ごはん 魚の野菜のつけ焼き ふきのきんぴら 味噌汁	15 ごはん 厚揚げときゃべつの 味噌炒め もやしのナムル オニオンスープ	16 ごはん 魚のあっさり焼き ほうれん草の磯和え 味噌汁	17 焼のりおにぎり 豚汁
ぜんざい いりこ お茶	よもぎカップケーキ あすっこマヨ和え 牛乳	炊き込みおにぎり 昆布 お茶	めのはおにぎり するめ お茶	ジャムサンドパン いりこ 牛乳	黒糖パン 昆布 お茶
29 昭和三十九年 昭和の日 	30 ごはん 豚肉とじゃが芋の 酢味噌炒め きゃべつの ごまマヨ和え すまし汁 チャーハン するめ お茶	お弁当の日 	22 たけのこごはん 高野と干し大根の煮物 マカロニサラダ 味噌汁	23 お弁当の日	24 チキンライス すまし汁
31 ごはん 厚揚げ味噌焼き 刻み昆布の炒め煮 中華スープ	31 ごはん 焼きたまごのちらしずし アスパラのおかか和え 人参のごま味噌煮 すまし汁	31 ごはん 魚の野菜のつけ焼き ふきのきんぴら 味噌汁	29 昭和三十九年 昭和の日 	30 ごはん 豚肉とじゃが芋の 酢味噌炒め きゃべつの ごまマヨ和え すまし汁 チャーハン するめ お茶	ステックパン するめ お茶

## 保育園で大切にしていること

- \*和食中心の献立を基本に  
地元の野菜や魚を多く取り入れ、和食中心の献立にしています。また、伝統食や郷土食を大切に伝えていきます。
- \*旬の食材を大切に  
旬の野菜を味わうことで五感を感じることができます。また、旬の野菜は栄養も豊富で、農薬も少なく安全です。
- \*だしは天然のものを  
料理に応じて昆布・いりこ・かつお・鶏ガラを使用し化学調味料は使いません。

- \*薄味で素材の味を大切に  
薄味にすることで野菜本来の味を味わうことができます。
- \*食材は新鮮なものを  
地元の食材を大切に地産地消に取り組んでいます。保育園では契約農家さんから毎日新鮮な野菜を仕入れ調理を行います。
- \*食器は、陶器や陶磁器のものを  
幼い頃から本物に触れて欲しい、そして割れることを知ることも大切にしています。

### 私たちが作っています

今年度は、新しく北川栄養士（ひまわり第2より）、錦織栄養士を迎え柘植・内田・山崎の5名で担当します。

“食事は楽しく、美味しく”を合言葉に子どもたちが「給食大好き!!」「また作ってね」の声をエネルギーに給食やおやつを作りたいと思います。