



4月献立



2022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
入園・進級おめでとうございます 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感じられるように、薄味を心がけています。また、旬の野菜や魚など食べて欲しいものや、経験してほしいことを取り入れています。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。				ごはん がんもの煮物 人参の煮物 梅サラダ 味噌汁 1	そぼろごはん 味噌汁 2
ごはん 鶏肉とキャベツの炒め物 もやしのナムル 味噌汁 4	ごはん 魚のかば焼き 刻み昆布のサラダ 豆乳スープ 5	ごはん 炒り豆腐 ごぼうの甘辛和え 味噌汁 6	ごはん コロッケ あすっこのごま和え 煮豆（金時豆） すまし汁 7	めのはごはん 厚揚げの野菜あんかけ キャベツの酢の物 味噌汁 8	食パンかりんとう 昆布・お茶 9
ごまじゃこおにぎり・するめ・お茶	おかからじゃがボール・いりこ・牛乳	夕焼けおにぎり・するめ・お茶	マカロニきな粉・昆布・牛乳	さくらもち・いりこ・お茶	人参パン・するめ・お茶
ごはん 魚の塩焼き 刻み昆布の煮物 人参のおかか和え 味噌汁 11	ごはん 厚揚げのごま味噌焼き あらめの酢の物 オニオンスープ 12	入園・進級お祝い献立 小豆ごはん 手羽元の照り焼き マカロニサラダ すまし汁 13	ごはん 豆腐の五目焼き ほうれん草の浸し ふきの梅煮 味噌汁 14	ごはん 煮魚 キャベツのソテー ごま味噌汁 15	炊き込みごはん 味噌汁 16
五平餅・昆布・お茶	よもぎ団子・するめ・牛乳	よもぎ蒸しパン・いりこ・お茶	じゃが餅・昆布・牛乳	ふきおにぎり・するめ・お茶	レーズンパン・昆布・お茶
ごはん マーボー豆腐 切り干し中華サラダ 味噌汁 18	たけのこごはん 高野の煮物 キャベツのしらす和え 若竹汁 19	ごはん 魚のパン粉焼き 白和え たけのこの煮物 味噌汁 20	ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 アスパラのごま和え 味噌汁 21	ごはん 豚肉とたけのこの炒め物 ホットサラダ すまし汁 22	わかめおにぎり 鶏汁 23
お好み焼き・いりこ・お茶	海苔巻き・昆布・お茶	みたらし団子・するめ・牛乳	切り干しおにぎり たけのこの木の芽和え・お茶	きなこ大豆・いりこ・牛乳	黒糖パン・するめ・お茶
ごはん 魚の照り焼き 納豆和え 味噌汁 25	ごはん 酢鶏 あらめの煮物 味噌汁 26	お弁当の日  27	焼鯖のちらし寿司 厚揚げの煮物 焼きアスパラ すまし汁 28	昭和の日  29	ビビンバ わかめスープ 30
ジャムサンドパン するめ・牛乳	チャーハン・昆布・お茶	ぜんざい・いりこ・お茶	大学じゃが芋 するめ・牛乳		きな粉ラスク・昆布・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と使い、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、なるべく安心して使える物を使っています。
（無添加のみそ、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。
- ◇触れた感じの良い磁器、陶器の食器、木の箸を使っています。

* お弁当の日について

月に一度、お弁当の日を設けてます。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。



～食事展示のお知らせ～

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。給食の量はくま組（3歳児）が食べているくらいの量です。子どもたちの、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
- いきたいと思いますので、よろしくお願いします！

