

2024年度

# 4月 献立表



古志ひまわり保育園

Tel : 23-1504 Fax : 23-1505

メールアドレス : koshi@h-himawari.net

\*都合により、献立を変更する場合があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 ごはん がんもと人参の煮物 蒸しブロッコリー 味噌汁	2 ごはん 魚の塩こうじ焼き 干し大根の中華和え すまし汁	3 ごはん 肉じゃが きゃべつのごま和え 味噌汁	4 ごはん 高野豆腐の煮物 あすっこのお浸し 豆乳スープ	5 ごはん 魚の野菜のつけ焼き 納豆サラダ 味噌汁	6 炊き込みごはん 味噌汁
めのはおにぎり するめ お茶	みたらし団子 いりこ お茶	焼き海苔おにぎり 野菜 お茶	マカロニきなこ 昆布 お茶	じゃがもち するめ お茶	ブレーン丸パン いりこ お茶
8 ごはん 新玉と焼きさばの煮物 ばんさんすう 味噌汁	9 進級・入園のお祝い 小豆ごはん 手羽元の照り焼き ポテトサラダ すまし汁 	10 たけのごはん 厚揚げそぼろ煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁	11 ごはん 春巻き きゃべつ酢の物 すまし汁	12 ごはん 魚のねぎ味噌焼き アスパラおかか和え じゃが芋の煮物 すまし汁	13 焼き海苔おにぎり 豚汁
人参おにぎり 野菜 お茶	よもぎ蒸しパン 果物 牛乳	糸昆布おにぎり するめ お茶	もちもち黒ごま いりこ 牛乳	のり巻き 昆布 お茶	かぼちゃパン するめ お茶
15 ごはん 炒り豆腐 ほうれん草の磯和え すまし汁	16 ごはん 魚の煮付け 焼じゃがサラダ 味噌汁	17 めのはごはん 高野豆腐と大豆の煮物 アスパラのごま和え 中華スープ	18 ごはん 豚肉とじゃが芋の炒め物 干し大根サラダ 味噌汁	19 親子遠足 <b>*お弁当の日*</b> 月に1度、お弁当の日を 設けています。 お忙しいとは思いますが 準備をよろしく お願いします。 	20 鶏そぼろごはん 味噌汁
鮭チャーハン するめ お茶	焼きそば 昆布 お茶	いちご大福 いりこ 牛乳	ごまじゃこおにぎり 野菜 お茶		レーズンパン 昆布 お茶
22 ごはん 魚の竜田焼き 刻みこんぶサラダ すまし汁	23 焼きさばのちらし寿司 アスパラのおかか和え 人参ごま煮 わかだけ汁	24 ごはん 麻婆豆腐 もやしのナムル 塩スープ	25 ごはん 魚の玉葱ソースかけ マカロニサラダ 味噌汁	26 ごはん 厚揚げステーキ 隠岐あらめの煮物 おから炒り煮 すまし汁	27 めのはごはん 鶏団子汁
よもぎ団子 いりこ 牛乳	利休まんじゅう するめ お茶	じゃが芋コロッケ 昆布 お茶	ふきおにぎり 野菜 お茶	味噌スコーン いりこ 牛乳	豆乳丸パン するめ お茶
29 昭和の日 	30 ごはん にらハンバーグ ほうれん草のしらす和え 味噌汁  ぜんざい するめ お茶	<b>進級・入園 おめでとうございます</b> 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くれました。 今年度は柘植・北川・内田・山崎の4名で担当します。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’ 食べるの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。 *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。 *旬の食材を大切に 栄養豊富な旬の食材を味わうことで、季節を感じることができます。 *食器は、陶器や陶磁器のものを 手触りや口当たりのよい本物に触れて、感じる重みや温かみ、 質感などの感性も育てていきます。 *食べるの大好きな子どもたちに 保育園の畑で収穫した野菜で料理したり、給食の下ごしらえのお手伝い をしたりとさまざまな食体験から食べることへの意欲につなげていきます。 おいしい食事をなかまと食べるのが一番のこころの栄養です。 給食やおやつ時間が楽しいひと時を過ごせるよう心がけています。			

## 保育園で大切にしていること

### \*和食中心の献立を基本に

地元の野菜を多く取り入れ、和食中心の献立にしています。また、郷土食、行事食を伝えていきます。

### \*食材は新鮮なものを

地産地消に取り組んでいきます。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。

### \*薄味で素材の味を大切に

薄味にすることで野菜など、食材のそのものを味わうことができます。

### \*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。

### \*旬の食材を大切に

栄養豊富な旬の食材を味わうことで、季節を感じることができます。

### \*食器は、陶器や陶磁器のものを

手触りや口当たりのよい本物に触れて、感じる重みや温かみ、質感などの感性も育てていきます。

### \*食べるの大好きな子どもたちに

保育園の畑で収穫した野菜で料理したり、給食の下ごしらえのお手伝いをしたりとさまざまな食体験から食べることへの意欲につなげていきます。

おいしい食事をなかまと食べるのが一番のこころの栄養です。給食やおやつ時間が楽しいひと時を過ごせるよう心がけています。