



2024年度 4月献立表



芦花の丘かたるば保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。穏やかな春の陽気と共に新年度のスタートです。子どもたちは、期待と不安でドキドキ★わくわくしていることと思います。今年度はどんな一年になるか楽しみです！！
 保育園の給食にはたくさんの野菜が使われており、食べたことのない味や、苦手な食材も出てきます。はじめは食べるのが出来ないこともあります。それでも何度が経験を繰り返すことで食べ物の味に慣れ、食べることの大切さや、友達と一緒に食べる楽しさ、食べることが出来た時の喜びなど、食を通じて感じてもらえたらと願っております。
 お腹が満たされることはもちろん、一人ひとりの『選食力』が育まれるような食を提供していきたいと考えております。今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。

「今月の絵本」



絵本メニュー『ホットケーキ』

焼きたてほかほか ふわふわのホットケーキ
 みんなだいすき ホットケーキ
 みんなでたべる ホットケーキ
 おいしいホットケーキを焼いてお届けしますー！！
 今年度もみんなからのたくさんのリクエストまってるね！！



今月のご当地メニュー

今月は奈良県から、『かしわのすき焼き』と『奈良茶飯』です。
 関西地方では食用の鶏肉を「かしわ」と呼んでいます。天神さんの守護神が牛であることから、天満宮の秋祭りのお祝いの席では鶏のすき焼きが食べられてきました。鶏の茶褐色の羽がかしわの葉に似ていることから「かしわ」と呼ばれているのです。年間を通して食べられていますが、祝い事やもてなしの席などハレの日によく食べられています。『奈良茶飯』は東大寺の連行衆の食事として僧坊で古くから食べられていたもので、米と大豆のバランスのとれた栄養食で腹持ちが良く、全国各地で知られるようになりました。



食事提供時間のお知らせ

- 生活リズムや給食を安全に食べられる時間を考慮し、昼食の提供時間を設けています。
- 提供時間を過ぎてしまうと食事の提供が難しくなるため、下記の時間までに登園されますよう、ご協力お願いいたします。
- くり組 提供開始から**15分後**まで
(段階によって提供時間が異なる為、個別でお伝えします。)
- くるみ、とち組 **11時30分**まで
- 幼児 **12時15分**までとなります。
- ※土曜日の提供は**11時30分**までとなります。
(離乳食は別添います)



食物アレルギー対応について

保育園や学校で食物アレルギーをお持ちのお子さんがアレルギー原因食材を口にすると例は各地で多発しています。誤食に至る原因はたくさんありますが、子どもが他の子どもの食べているものに興味を持つこともあります。
 当園では「分かちあい」「育ちあい」を大切に「みんなで楽しく食べるランチルーム」を目指すため一部の食品(卵や乳製品など)について、給食で提供する頻度を少なくすることがあります。また、給食で提供する食品について本園では、アレルギーによる健康危害のリスクを考慮し「そば・落花生(ピーナッツ)・アーモンド・あわび・カシューナッツ・くるみ・まつたけ・やまいも」を給食に使用しない食品として定めております。
 給食についてご質問などありましたらいつでもお声掛けください。

参考：消費者庁 アレルギーに関する情報
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_sanitation/allergy/

来月の食材 5月の献立では、ふき・そら豆・鱈・メロン・卵等を提供する予定です。

日曜日	お昼	おやつ	献食力になる	材料	体の調子を整える	point
			献食力になる	献食力になる	献食力になる	
15月	ごはん 肉じゃが 小松菜のじゃこ和え 豆腐とわかめの味噌汁 果物	□ホットケーキ 豆乳	米 じゃがいも 砂糖 ごま ごま油 小麦粉 油 豆乳マーガリン メープルシロップ	豚肉 しらす 豆腐 味噌 豆乳	人参 玉ねぎ 白滝 いんげん 小松菜 もやし わかめ 長ねぎ	きのこ類
216月	カルシウムバーグ 切干大根サラダ アスパラスープ 果物	のりツナおにぎり 麦茶	砂糖 油 ごま ごま油 米	鶏肉 豚肉 おから ちくわ ツナ	玉ねぎ ひじき 切干大根 きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ アスパラガス 長ねぎ コーン きのり 昆布	いも類
317月	ピースごはん さわらの塩焼き 高野豆腐と昆布の煮物 レタスの味噌汁 果物	みかんと人参のゼリー 豆乳	米 油 ごま油 砂糖	さわら 高野豆腐 さつま揚げ 豚肉 豆乳	昆布 人参 こんにゃく グリーンピース レタス 長ねぎ 玉ねぎ みかん缶 オレンジ果汁 寒天 レモン果汁	乳・乳製品
418月	みそぶた丼 さつまいものオレンジ煮 大根のすまし汁 果物	ちくわチヂミ 牛乳	米 砂糖 油 さつまいも 小麦粉 米粉 ごま油	豚肉 味噌 焼き鮭 ちくわ かつお節	ハブリカ チンゲン菜 玉ねぎ オレンジ果汁 大根 貝割れ大根 長ねぎ とうもろこし	海藻類
519月	ごはん かしわのすき焼き 春キャベツの昆布漬 新玉ねぎの味噌汁 果物	ジャムサンド 牛乳	油 砂糖 ごま ごま油 パン いちごジャム	鶏肉 焼き豆腐 味噌 牛乳	白滝 長ねぎ 玉ねぎ 白菜 えのき キャベツ 昆布 玉ねぎ もやし 小松菜	魚介類
620月	ナポリタン ポルトサラダ ねぎスープ 果物	チーズおかかおにぎり 麦茶	スバゲティー 油 砂糖 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米	ベーコン ツナ 豆腐 チーズ かつお節	玉ねぎ ピーマン きゅうり 人参 きゅうり 長ねぎ コーン ブロッコリー	きのこ類
821月	キーマカレーライス ひじきのコールスロー とろみスープ 果物	ポリポリおさつ 豆乳	米 米粉 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ごま油 片栗粉 さつまいも	豚肉 高野豆腐 豆乳 ハム	玉ねぎ こんにゃく しょうが 人参 ピーマン トマト キャベツ ひじき しめじ 万能ねぎ コーン	魚介類
923月	ごはん 鮭の豆乳チーズ焼き ブロッコリーの黒ごま和え じゃがいもの味噌汁 果物	たまごケーキ 豆乳	米 油 ごま 砂糖 じゃがいも 小麦粉 ごま油	鮭 豆乳チーズ 豆腐 味噌 卵	ハセリ ブロッコリー スナップエンドウ 人参 長ねぎ 舞茸	肉類
1024月	豚汁うどん きゅうりとわかめの酢の物 果物	たけのこごはんのおにぎり 麦茶	うどん 里芋 砂糖 米 もち米	豚肉 油揚げ 味噌 しらす ちくわ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 白菜 しょうが きゅうり わかめ たけのこ	緑黄色野菜
11月	ごはん かれい磯辺焼き もやしと人参の塩こうじ和え 打ち豆の味噌汁 果物	マーブル蒸しパン 牛乳	米 油 ノンエッグマヨネーズ 小麦粉 砂糖	ハム 大豆 さつま揚げ 味噌 牛乳	もやし 人参 白菜 えのき 長ねぎ ほうれん草 かぼちゃ	いも類
25月	ゆかりごはん かつお電田揚げ 春雨のごま酢あえ 果汁 果物	柏餅風蒸しパン 豆乳	米 油 春雨 片栗粉 ごま ごま油 小麦粉 砂糖 黒砂糖	かつお ハム かまぼこ 豆乳	ゆかり 福肉 しょうが こんにゃく きゅうり 人参 たけのこ わかめ 長ねぎ ほうれん草 小豆	豆・豆製品
1226月	お赤飯(12日) ※奈良茶飯(26日) 鶏の味噌照り焼き 小松菜のおひたし 五百汁 果物	お祝いカップケーキ(12日) チーズトースト(26日) 豆乳(12日) 牛乳(26日)	米 もち米 砂糖 さつまいも 豆乳(12日) 食パン(26日) バター(26日)	鶏肉 味噌 かにかまぼこ かつお節 油揚げ 豆乳(12日) チーズ(26日)	大豆・ほうじ茶(26日) 小松菜 もやし 大根 人参 白菜 長ねぎ いちご(12日)	海藻類
1327月	焼き肉丼 もやしナムル キャベツスープ 果物	フルーツヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖 ごま ごま油 はちみつ 生クリーム 練乳	豚肉 豆腐 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ しょうが こんにゃく 万能ねぎ もやし 人参 わかめ キャベツ コーン パナナ みかん缶 バナナ缶	魚介類

☆行事や食材の都合により献立を変更する場合があります
 ☆今月使用する食材に、卵・かつお・しらす・かにかまぼこ・黒砂糖・はちみつ 等があります。
 ☆今月の果物は、りんご、バナナ、柑橘類、いちご等を予定しています。
 ☆くるみ・とち組は午前補食に 牛乳とクラッカー・ビスケット・せんべい等を食べます。
 ☆□マークは『絵本メニュー』です。
 ☆△マークは『ご当地メニュー』です。
 ☆◇マーク等ありましたらお声掛けください。

栄養摂取量	エネルギー	たんぱく質	糖質
1-2歳児	458kcal	17.2g	13.7g
3-5歳児	516kcal	18.9g	13.5g