



2021年度 4月献立表



芦花の丘 かたるば保育園



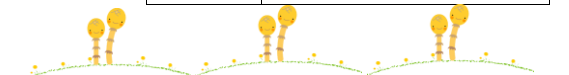
ご入園ご進級おめでとうございます。プランターに咲くいろとりどりのチューリップが右に左に揺れて、みんなの成長をお祝いしているようです。4月の献立では美味しくなってきた春野菜を取り入れながら、子どもたちが新しい生活になじめる様に、全年齢で食べやすい献立をとり入れています。今年もおいしく安全で、子どもたちが楽しめる給食を提供していきます。どうぞよろしくお願ひ致します。



日 曜日	お昼	おやつ	材料			point
			熱ゆ力になる	血や骨になる	体の調子を整える	
1 15 (木)	ごはん 肉じゃが 白菜とツナの和え物 豆腐の味噌汁 果物	いちごミルク蒸しパン 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 油 ごま ごま油 小麦粉 いちごジャム	豚肉 ツナ 豆腐 味噌 牛乳 練乳	玉ねぎ 人参 いんげん 白滝 白菜 もやし 焼きのり わかめ 大根 長ねぎ	緑 黄色 野菜
2 16 30 (金)	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜の納豆和え 具だくさん汁 果物	じゃがボール 牛乳	米 里芋 さつまいも じゃがいも 片栗粉 油	鮭 納豆 かつお節 鶏肉 油揚げ 味噌 チーズ 牛乳	小松菜 もやし 人参 大根 れんこん 長ねぎ ごぼう 椎茸 青のり	海 藻類
3 17 (土)	焼きそば 春野菜のごまドレサラダ 中華スープ 果物	わかめおにぎり 麦茶	中華麺 砂糖 油 ごま ごま油 米	豚肉 干しエビ ツナ 鶏肉 豆腐	キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 青のり 昆布 スナップエンドウ アスパラガス コーン チンゲン菜 長ねぎ わかめ	乳 ・ 乳 製品
5 19 (月)	ごはん 豚肉と新玉ねぎのしょうが炒め 三色お浸し あおさ汁 果物	じゃこトースト 牛乳	米 砂糖 油 パン ノンエッグマヨネーズ	豚肉 かつお節 豆腐 味噌 しらす チーズ 牛乳	玉ねぎ しょうが ほうれん草 もやし 人参 青のり えのき 長ねぎ	い も類
6 20 (火)	ごはん たらの甘酢たれ 春キャベツのおかか和え 豚汁 果物	バナナマフィン 牛乳	米 片栗粉 砂糖 油 ごま ごま油 小麦粉 バター	豚肉 ベーコン かつお節 豆腐 味噌 牛乳	キャベツ 人参 きゅうり 大根 ごぼう 長ねぎ 万能ねぎ しめじ こんにゃく バナナ	緑 黄色 野菜
7 21 (水)	ミートソーススパゲティ さつまいもサラダ セロリのスープ 果物	ピースおにぎり 麦茶	スパゲティ 砂糖 さつまいも 米	豚肉 大豆 おから チーズ ツナ ウインナー	玉ねぎ 人参 椎茸 トマト きゅうり セロリ キャベツ コーン グリーンピース	海 藻類
8 22 (木)	ごはん 鶏の塩こうじ焼き ひじきの煮物 小松菜の味噌汁 果物	雷おこし 牛乳	米 油 砂糖 ごま ごま油 こめはぜ マッシュマロ バター	鶏肉 大豆 さつまいも 厚揚げ 味噌 牛乳	ひじき 人参 さやえんどう 白滝 小松菜 しめじ 長ねぎ	い も類
9 23 (金)	鮭のほろほろ丼 もやしのゆかり和え なめこ汁 果物	マカロニグラタン 麦茶	米 ごま ごま油 砂糖 マカロニ バター 小麦粉 パン粉	鮭 しらす 豆腐 味噌 鶏肉 牛乳 チーズ	ほうれん草 人参 もやし チンゲン菜 ゆかり なめこ 大根 玉ねぎ ブロッコリー マッシュルーム パセリ粉	卵
10 24 (土)	サンドイッチ ポテトサラダ 野菜スープ 果物	そぼろおにぎり 麦茶	パン 豆乳マーガリン ノンエッグマヨネーズ じゃがいも 米 ごま油	ツナ ハム チーズ ベーコン 豚肉	人参 きゅうり コーン キャベツ えのき 玉ねぎ セロリ パセリ粉 しょうが	海 藻類
12 (月)	ごはん かじきの竜田揚げ きゅうりとちくわの酢の物 新玉ねぎの味噌汁 果物	黒糖きな粉スコーン 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも 小麦粉 黒砂糖 豆乳マーガリン	かじき ちくわ 高野豆腐 味噌 豆乳 きな粉 牛乳	にんにく しょうが きゅうり わかめ しめじ 玉ねぎ 万能ねぎ	緑 黄色 野菜
26 (月)	たけのこごはん ぶりの照り焼き ほうれん草のごま和え わかめとかまぼこのすまし汁 果物	鯉のぼりサンド 牛乳	米 砂糖 油 ごま パン いちごジャム	油揚げ ぶり かまぼこ 焼き麩 牛乳	たけのこ 人参 白滝 ほうれん草 えのき わかめ 長ねぎ ココア	肉 類
13 27 (火)	□おやさいかレー 春雨サラダ 春キャベツのスープ 果物	フルーツヨーグルト ビスケット 麦茶	米 じゃがいも はちみつ 春雨 ごま油 砂糖 練乳	鶏肉 おから かニかまぼこ ベーコン ヨーグルト 生クリーム	玉ねぎ 人参 ブロッコリー にんにく しょうが きゅうり コーン キャベツ セロリ えのき みかん缶 パイン缶 バナナ ブルーベリー	豆 ・ 豆 製品
14 28 (水)	パン ハンバーグ 切干し大根のコールスロー そら豆のポタージュスープ 果物	ミニ親子丼 麦茶	パン 油 砂糖 バター ノンエッグマヨネーズ 米	豚肉 大豆 ベーコン 牛乳 鶏肉	玉ねぎ ひじき 椎茸 切干し大根 キャベツ 人参 コーン そら豆 三つ葉 焼き海苔	魚 介 類

☆新型コロナウイルス対策のため、献立が変更になる場合があります。
 ☆今月使用する食材に、卵・ぶり・たら・しらす・はちみつ・練乳等があります。
 ☆今月の果物は、りんご、バナナ、いちご、柑橘類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。
 ☆◇マークは『ご当地メニュー』です。
 ☆◇マークは『ご当地メニュー』です。
 ☆◇マークは『ご当地メニュー』です。

栄養摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質
1-2歳児	498kcal	18.6g	14.8g
3-5歳児	562kcal	20.6g	15.2g



4月の絵本



絵本メニュー 「おやさいとんとん」(岩崎書店)

にんじん ブロッコリー たまねぎ じゃがいも
 ご存知おなじみのおやさいたちは、みんなで揃ってお水に“ちゃぼん”。すっかりきれいに洗われて、食べやすい大きさに“とんとん”されて・・・お次はお鍋で“ぶっぶくぶー”さて、どんな美味しい料理になったでしょうか？ヒントは皆が大好きな、いい匂いのお料理ですよ！！
 リズミカルな文章に赤ちゃんから楽しめる絵本です。
 4月13・17日の給食をお楽しみに！！



そらまめ

「そらまめ」といわれるのは、莢が上を向かって伸びるようにつくため「空を向いた豆」が名前の由来で、熟すと下向きになります。子どもたちには『そらまめくんのベッド』でおなじみの食材です。
 やさしいフワフワベッドにくるまれたそらまめ。
 茹でる直前に剥くことで新鮮にいただけます。



画像：ハイボネックスジャパン
<https://www.hyponex.co.jp/flower/soramame/>

ご当地メニュー始めます！

毎月47都道府県の中から1カ所をピックアップし、その土地にまつわる『食』を提供していきます。『食』を通して土地を知り文化を知る。そこから様々な興味が繋がればと思います。献立のマークがご当地メニューになります。
 全国各地の美味しいものを『かたるばキッチン』よりお届けします。
 第一回目の4月は『東京』です。
 東京観光って言ったら雷門！？雷門って言ったら『雷おこし』…！？

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「分かち合い」「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、乳児クラスで提供している朝おやつを今月より豆乳から牛乳に変更いたします。
 ~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。ご理解くださいますようお願いいたします。

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 アレルギー表示に関する情報

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_sanitation/allergy/

来月の食材 ▶5月の献立では、ほたて・鯖・ふき・新ごぼう・卵等を提供する予定です。