



2022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。かたるばキッチンでは今年度も、手作りにこだわり、旬と素材の味を大切に、安全でおいしい給食を提供していきます。自分の好きなもの、苦手なものを知ること、食べられる量を知ること、お友だちと一緒に食べることで、食に興味を持つ。子ども達の心と体が大きく成長する姿を共有できる場であるよう努めていきます。今年度もどうぞよろしくお願ひ致します。



今月の絵本

「ぎょうれつのできるレストラン」(教育画劇)

「食べ物が出てくる絵本知らない?」と子ども達のところへ聞きに行くと、「知ってる!」と次から次へと絵本を持って来てくれました。今月の絵本には、フクロウが作ったおいしそうなお料理がたくさん出てきます。その中から「これ。」と恥ずかしそうにしながらも、絵を指さして食べたいものを教えてくれました。絵本メニューは子ども達からの「これが食べたいから作って!」という声をたくさん聞きたいと思っています。



今月のご当地メニュー

4月は千葉県の「さんが焼き」です!東京のお隣で有名なテーマパークもあり、きっと一度は行ったことがある子もいるのではないのでしょうか。房総半島では昔からアジやイワシ、サンマがよく獲れたそうです。漁師たちは獲れた魚を船の上で調理し、なめろうという料理を作りました。山へ仕事に行く時は、それをアワビの殻に入れ、蒸したり、焼いたりした料理をさんが焼きと呼ぶようになったそうです。

日本全国にはおいしいものがたくさんあります。それを子ども達に伝え、大人も再発見するきっかけになれる様、おいしい給食を作り続けていきます!

給食提供時間のお知らせ

生活リズムや安全に食べられる時間を考慮し、提供時間を設けています。時間が過ぎてしまうと給食の提供ができませんので、下記の時間までに登園されますよう、お願ひ致します。

- ・くりぐみ 提供開始から15分まで
- ・くるみ、とちぐみ 提供開始から30分まで
- ・幼児 12:15まで

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。なお、今月より乳児クラスの朝おやつは牛乳から豆乳へ変更させていただきます。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・鯖・卵等を提供する予定です。

日曜日	お昼	おやつ	材料			point
			熱や力になる	血や骨になる	体の調子を整える	
1 15 (金)	ごはん 肉じゃが 白菜ののり和え 大根の味噌汁 果物	桜蒸しパン 豆乳	米 じゃがいも 砂糖 小麦粉 油 いちごジャム	豚肉 ツナ 厚揚げ 味噌 おから 豆乳	玉ねぎ 人参 絹さや 白滝 白菜 焼きのり 大根 長ねぎ 桜花の塩漬け	魚介類
2 16 30 (土)	豚肉のしょうが焼き丼 きゅうりとわかめの酢の物 キャベツの味噌汁 果物	大学芋 豆乳	米 油 砂糖 さつまいも ごま	豚肉 高野豆腐 味噌 豆乳	玉ねぎ しょうが きゅうり わかめ キャベツ 人参	緑黄色野菜
4 18 (月)	ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう さつま揚げの味噌汁 果物	チキンナゲット 豆乳	米 ごま油 ごま 砂糖 片栗粉 油	鮭 さつま揚げ 鶏肉 豆腐 味噌 おから 豆乳	ごぼう 人参 キャベツ えのき 玉ねぎ しょうが にんにく	海藻類
5 19 (火)	塩ラーメン 鶏肉のごま焼き きゅうりの梅和え 果物	菜の花としらすの混ぜごはん 麦茶	中華麺 ごま油 砂糖 はちみつ 米	鶏肉 かつお節 しらす	ほうれん草 長ねぎ きくらげ 焼きのり しょうが にんにく たけのこ きゅうり 梅干し 菜の花	豆・豆製品
6 20 (水)	ごはん かつおの竜田揚げ ひじき煮 えのきの味噌汁 果物	お花見いもち 豆乳	米 片栗粉 油 ごま油 砂糖 じゃがいも 片栗粉 さつまいも	かつお 大豆 さつま揚げ 味噌 豆乳	しょうが ひじき 人参 昆布 えのき 長ねぎ 白菜 青のり	乳・乳製品
7 21 (木)	パン ハンバーグ 春キャベツのサラダ 新じゃがシチュー 果物	わかめおにぎり 麦茶	パン 砂糖 片栗粉 油 じゃがいも 米粉 ごま	豚肉 豆腐 ツナ ベーコン 豆乳	玉ねぎ にんにく キャベツ 人参 コーン グリーンピース わかめ	魚介類
8 22 (金)	ごはん 肉豆腐 切り干し大根のお浸し 絹さやの味噌汁 果物	お祝い饅頭(8日) 春色饅頭(22日) 豆乳	米 砂糖 小麦粉 油	豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 いんげん豆 豆乳	玉ねぎ 長ねぎ えのき ごぼう 万能ねぎ 切り干し大根 ほうれん草 人参 絹さや 紅麴	いも類
9 23 (土)	キッズピビンバ スナッフエンドウのナムル チンゲン菜のスープ 果物	ジャムサンド 豆乳	米 油 豆乳マーガリン 砂糖 ごま油 ごま パン いちごジャム	豚肉 鶏肉 豆乳	しょうが にんにく もやし 人参 ほうれん草 スナッフエンドウ わかめ チンゲン菜	きのこ類
11 25 (月)	カレーライス わかめとしらすのサラダ セロリとウィンナーのスープ 果物	いちごゼリー 豆乳	米 油 砂糖 じゃがいも 米粉 はちみつ いちごジャム	鶏肉 大豆 おから しらす ウィンナー 豆乳	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ わかめ セロリ レモン果汁 コーン 寒天 いちご	卵
12 26 (火)	ごはん 花しゅうまい もやしのごまだれかけ 豆腐スープ 果物	ミニチュロス 豆乳	米 片栗粉 ごま油 焼売の皮 砂糖 ごま 小麦粉 油	豚肉 豆腐 豆乳	玉ねぎ しょうが コーン もやし 人参 きゅうり えのき 長ねぎ	乳・乳製品
13 27 (水)	あさりと菜の花のスパゲティ アスパラポテト ベーコンスープ 果物	たけのこの炊きおこわ 麦茶	スパゲティ 油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米 もち米	鶏肉 あさり ハム ベーコン	玉ねぎ 菜の花 ほうれん草 しめじ にんにく 人参 アスパラ キャベツ パセリ粉 たけのこ	豆・豆製品
14 28 (木)	グリーンピースごはん さんが焼き 大根のゆかり和え かまぼこのお吸い物 果物	□きんいろまんげつピザ  豆乳	米 片栗粉 小麦粉 オリーブ油 じゃがいも	鰯 味噌 焼き麴 かまぼこ 豆乳チーズ 豆乳	グリーンピース 長ねぎ 人参 しょうが 大葉 大根 小松菜 昆布 ゆかり コーン バジル	肉類

☆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、あじ・あさり・しらす・はちみつ等があります。

☆今月の果物は、いちご、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 豆乳とクラッカー・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。

☆ご質問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 脂質		
	1-2歳児	4.53kcal	17.8g
3-5歳児	50.7kcal	19.6g	14.3g