

# 4月 予定献立表

日にち		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)		
午前(未満児)	<b>後期食</b> <b>9~11ヶ月</b>	軟飯 えのきすまし汁(人参・長ねぎ) 豆腐煮 ゆでキャベツ 果物	軟飯 キャベツ味噌汁(人参・干椎茸) 鶏挽あんかけ煮 ゆでほうれん草 果物	角食 チキンスープ 鮭のあんかけ煮 スティック人参 果物	煮込みうどん(鶏肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草) ゆでじゃがいも 果物		
午後		蒸しパン	ゼリー	りんごゼリー	せんべい		
日にち		6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
午前(未満児)							
(昼食) 主食 汁物 主菜 副菜 果物	軟飯 ほうれん草味噌汁(人参・えのき) 豚挽あんかけ煮 ゆでブロッコリー 果物	軟飯 大根味噌汁(厚揚げ・人参) ほっけ煮魚 スティック人参 果物	軟飯 じゃがいもと人参のスープ 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜 果物	煮込みうどん(豚挽・もやし・玉ねぎ・白菜・人参・ホールコーン) スティックさつまいも 果物	軟飯 芋味噌汁(玉ねぎ・人参) 豚挽野菜煮 ゆでキャベツ 果物	煮込みうどん(豚もも・もやし・人参・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・ほうれん草) ゆでブロッコリー 果物	
午後	蒸しパン	煮込みうどん	ゼリー	雑炊	リゾット	せんべい	
日にち		13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
午前(未満児)							
(昼食) 主食 汁物 主菜 副菜 果物	軟飯 玉ねぎ味噌汁(しめじ・人参) 豚挽あんかけ煮 スティック人参 果物	軟飯 豆腐味噌汁(わかめ・大根) 納豆野菜煮 ゆで白菜 果物	軟飯 えのきすまし汁(人参・長ねぎ) 豆腐煮 ゆでキャベツ 果物	軟飯 キャベツ味噌汁(人参・干椎茸) 鶏挽あんかけ煮 ゆでほうれん草 果物	角食 チキンスープ 鮭のあんかけ煮 スティック人参 果物	煮込みうどん(鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草) ゆでじゃがいも 果物	
午後	せんべい	煮込みうどん	蒸しパン	ゼリー	りんごゼリー	せんべい	
日にち		20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
午前(未満児)							
(昼食) 主食 汁物 主菜 副菜 果物	軟飯 ほうれん草味噌汁(人参・えのき) 豚挽あんかけ煮 ゆでブロッコリー 果物	軟飯 大根味噌汁(厚揚げ・人参) ほっけ煮魚 スティック人参 果物	軟飯 じゃがいもと人参のスープ 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜 果物	煮込みうどん(豚挽・もやし・玉ねぎ・白菜・人参・ホールコーン) スティックさつまいも 果物	軟飯 芋味噌汁(玉ねぎ・人参) 豚挽野菜煮 ゆでキャベツ 果物	煮込みうどん(豚もも・もやし・人参・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・ほうれん草) ゆでブロッコリー 果物	
午後	蒸しパン	煮込みうどん	ゼリー	雑炊	リゾット	せんべい	
日にち		27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
午前(未満児)							
(昼食) 主食 汁物 主菜 副菜 果物	軟飯 玉ねぎ味噌汁(しめじ・人参) 豚挽あんかけ煮 スティック人参 果物	軟飯 豆腐味噌汁(わかめ・大根) 納豆野菜煮 ゆで白菜 果物	<b>昭和の日</b>		軟飯 わかめ味噌汁(白菜・人参) 鶏挽野菜煮 スティック大根 果物		
午後	せんべい	蒸しパン			煮込みうどん		

## ご入園・ご進級おめでとうございます！

新しいお友だちを迎えて新年度がスタートします。初めて保育園に入るお子さんにとっては、たくさんのお友だちと一緒に食事をするのが、はじめての経験になることと思います。最初は環境の違いで戸惑うかもしれませんが、お友だちと一緒にの食事が、保育園生活の中で楽しい時間のひとつになるようにしたいと思います。

## 保育園の給食

江別桃の花保育園の給食の献立内容は、2週サイクルとなっています。これは、幼児期の子どもには、食べ慣れない献立や見慣れない食材を食べ進められない様子が多く見られることから、徐々に食べ慣れ、親しんでいくことでおいしさを知り、食べることができる食材や料理を少しずつ増やせるようにと考慮しているからです。

新しく入園されたお子さんは、なかなか給食を食べ進められないこともあるかもしれませんが、園の生活に慣れ、身近なお友だちと一緒に食事することで、だんだんと食べられるようになっていきますので、ゆっくり見守ってあげましょう。

江別桃の花保育園では、完全給食を実施しています。(主食を自宅から持ってくる他園もあります)主食では白米だけでなく、あさりごはん(幼児クラスのみ)、玄米ごはん、ふりかけごはんを取り入れたり、ひな祭りやクリスマスなどイベントによって献立は変わりますが、行事食等季節を感じられるものを提供しています。また国産の食材をできる限り使用し、午後のおやつは手づくりおやつを基本としています。

給食が子どもたちにとって園生活での楽しみのひとつになってくれるように頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

### ★4月の平均栄養量★

	カロリー	たんぱく質	脂質	塩分
3歳未満児	468kcal	18.5g	15.6g	1.5g
3歳以上児	550kcal	22.6g	17.4g	1.5g

保育園では3歳未満児が1日に摂りたい栄養量の50%を摂り、3歳以上児は45%を摂ります。家庭でも残りの栄養を摂るように心がけましょう。