

4月 給食だより



令和6年4月
認定こども園
聖ヶ丘保育園
こども未来学舎

ご入園・ご進級おめでとうございます。



4月は新しい生活のスタートの月ですね。新しいお友達や先生・クラスのお部屋にドキドキしているのではないのでしょうか。給食には好きなものだけでなく、苦手なものや初めて食べるものも出てきます。今年度もいろいろな食材や料理に出会い、日々成長していく子どもたちの糧となる給食であるように、安全でおいしい給食づくりを心がけ様々な食に関する体験を通じて、食への興味が持てるような環境づくりをしたいと思います。今年度もどうぞよろしくお願い致します。



《 お給食を楽しく食べる 》

子どもは、毎日の生活と遊びの中で様々な体験を積み重ねて、健康的な嗜好と食習慣の基礎を築きます。保育園では、「おいしく食べる」ことができるように、様々な点に配慮しながら食事支援をしています。

■ 食べる意欲を育てる働きかけ

友達との会話や、友達が食べる姿を見ることができると、保育士の態度や励ましは、子どもの「食べてみよう！」という気持ちを育みます。また、実際に食事づくりに関わったり、給食を作る人と触れ合うことも大切にしています。



月	木
煮込みうどん(うどん、しめじ、玉ねぎ、高野豆腐、かつお節(初期なし)<しょうゆ>) りんごの甘煮(りんご)	豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐 ほうれん草<味噌>) スープ(えのき、キャベツ、人参<しょうゆ>)おかゆ(米)
あんかけ丼(米、高野豆腐、キャベツ、しめじ、人参<味噌>) パナナヨーグルト(バナナ、ヨーグルト(初期なし))	カレーのおろしあんかけ(カレー、人参<しょうゆ>) 含め煮(さつまいも、玉ねぎ、しいたけ<味噌>) おかゆ(米)
火	金
シチュー(鶏ささみ(初期なし) かぼちゃ 人参 玉ねぎ 粉ミルク<コンソメ>) 野菜煮(きゃべつ、小松菜<しょうゆ>) おかゆ(米)	野菜の煮物(ブロッコリー、切干大根、玉ねぎ、しらす) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) おかゆ(米)
春野菜の煮物(じゃがいも、玉ねぎ、人参<しょうゆ>) 白和え風(ほうれんそう 豆腐<味噌>)おかゆ(米)	おやき(じゃがいも、人参) 野菜の和風煮(鶏ミンチ(初期絹豆腐) ブロッコリー、チンゲン菜<しょうゆ>) おかゆ(米)
水	土
ツナじゃが(ツナ(初期カレー)じゃがいも、人参<味噌>) 野菜煮(白菜、玉ねぎ、しいたけ<しょうゆ>) おかゆ(米)	野菜おじや
トマト煮(トマト、玉ねぎ、大根<コンソメ>) じゃがいものおかか煮(じゃがいも、人参、かつお節(初期しらす)) おかゆ(米)	野菜おじや

調味料は後期食以降に使用します

《 保育園児1人あたりの栄養摂取量 》

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食塩相当量 (g)	
						A (μgRE)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)		
乳児	基準量	478	19.1	13.3	218	2.2	188	0.26	0.29	20	1.5未満
	給与量	475	17.2	13.2	192	2	127	0.26	0.35	24	1.6
幼児	基準量	574	23.0	15.9	259	2.5	213	0.31	0.36	22	1.8未満
	給与量	565	20.6	16.0	175	2	158	0.30	0.34	28	2

☆食物アレルギー児には、医師の指示書に沿った代替食又は除去食を提供します。

