



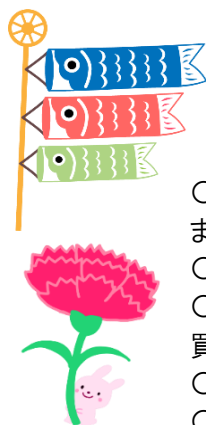
給食だより

令和7年4月30日
認定こども園
聖ヶ丘保育園
こども未来学舎

寒暖の差も少しずつ和らぎ、木々の緑がひととき鮮やかになり、外遊びの楽しい季節となりました。給食では、季節とともに出てくる旬の野菜や果物等をなるべく取り入れる予定です。入園・進級して1か月が経ち、新しい園生活にも慣れ、子どもたちの声が園内に響いています。給食を通して、食事は楽しいものであり、体にはもちろん、心にもおいしいものであると子どもたちに感じてほしいと思っています。

◎ 5月5日は端午の節句 ◎

5月5日の子どもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べます。“ちまき”には悪病災難の憂いを除くという意味があります。また、“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わりません。



◎ 5月30日はごみゼロの日◎

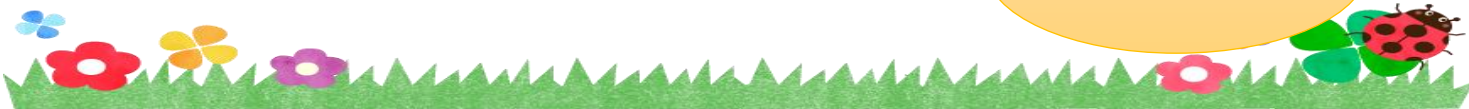
ごみを減らす行動をしましょう～

- 野菜は、皮などをむかずによく洗って、そのまま料理に使う。
- 食べ残しをしないようにする。
- 食材は使いきれ的分だけを購入するようにして、買いすぎない。
- エコバックを持参する。
- 缶やビン、ペットボトル、牛乳パックなどの資源ごみは、きちんと分別する。

乳児の予定献立表（月齢により異なります） 上段：1.3.5週 下段：2.4週

月	木	金	土
野菜おじや(米、キャベツ、じゃがいも、人参、鶏ささみ(初期しらす)<しょうゆ> パナナの甘煮(バナナ))	野菜のおやき(じゃがいも、人参) すまし汁(ブロッコリー、玉ねぎ、高野豆腐<しょうゆ> おかゆ(米))	煮魚(カレー、人参<味噌>)	野菜おじや
野菜あんかけ丼(米、じゃがいも、人参、玉ねぎ、絹豆腐 <しょうゆ>) スープ(しめじ 白菜 プイヨン)	野菜の和風煮(さつまいも、玉ねぎ、人参、鶏ミンチ(初期 絹豆腐)<味噌> すまし汁(しめじ、キャベツ<しょうゆ> おかゆ(米))	煮びたし(ほうれん草、しめじ、玉ねぎ<しょうゆ> おかゆ(米))	野菜おじや
豆腐と魚の炒め煮(絹豆腐 鮭(初期カレイ) 小松菜<しょうゆ> かぼちゃの含め煮(かぼちゃ) おかゆ(米))	煮魚(カレイ、人参<味噌>)	煮びたし(ほうれん草、しめじ、玉ねぎ<しょうゆ> おかゆ(米))	野菜おじや
野菜のうま煮(切干大根、人参、かつお節(初期 高野豆腐) 煮びたし(チンゲン菜、しいたけ<しょうゆ> おかゆ(米))	煮魚(鮭(初期カレイ) えのき<しょうゆ> 切干大根と野菜の煮物(切干大根 かぼちゃ、小松菜) おかゆ(米))	煮魚(鮭(初期カレイ) えのき<しょうゆ> 切干大根と野菜の煮物(切干大根 かぼちゃ、小松菜) おかゆ(米))	野菜おじや
ツナじゃが(ツナ(初期なし)じゃがいも、人参) 野菜しらす煮(しらす、チンゲン菜) おかゆ(米)	野菜おじや	野菜おじや	野菜おじや
トマト煮シチュー(トマト、じゃがいも、玉ねぎ、粉ミルク<プイヨン・ケチャップ>) しらすとキャベツの煮物(しらす、キャベツ、人参) おかゆ(米)	野菜おじや	野菜おじや	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 ギ- (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) (mg)	C (mg)	
乳 児	基準量	478	17.2～21.0	12.0～14.6	218	2.2	188	0.26	0.29	20	1.5未満
	給与量	473	18.3	13.1	226	2.1	124	0.30	0.40	20	1.6
幼 児	基準量	574	20.7～25.3	14.3～17.5	259	2.5	213	0.31	0.36	22	1.8未満
	給与量	558	21.8	16.1	202	2.1	152	0.35	0.39	24	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