



給食だより

令和8年2月27日
認定こども園
聖ヶ丘保育園
こども未来学舎

早いもので今年度も残すところあと1か月となりました。子どもたちが一年間で目覚ましく成長していくことに嬉しさを感じます。14日は卒園式ですが、ゆき組のお友達はすっかりお兄さん、お姉さんの顔になりました。卒園しても聖ヶ丘保育園の味を思い出に、これからの食生活を楽しく健康的に過ごしてほしいと思います。また、今月の給食は人気メニューをたくさん取り入れた献立としました。楽しみにしててください。



桃の節句 ～ひなまつり～



3月3日のひなまつりは、桃の花の時期であることから「桃の節句」とも言われます。もともとは中国から伝わってきた習慣です。古代中国は、3月最初の巳(み)の日にお払いをする習慣があり、身についた汚れを洗い流し、身を清めて、災いや病気をまぬがれようとしてきました。この習慣が奈良時代ごろ日本に伝わり、やがて紙や草で人形を作り自分の汚れを移し、川や海に流す「流しびな」という習慣になりました。その後、人形も装飾的になり、平安時代、貴族の娘たちの人形ごっこ、「ひいな遊び」とが結びついて、ひな人形を飾るようになったそうです。

乳児の予定献立表 (月齢により異なります) 1.2週目→上段 3.4週目→下段			
月	トマトシチュー (じゃがいも、しめじ、トマト、ささみ、粉ミルク<ブイヨン>) パナナの甘煮(バナナ) おかゆ(米)	木	野菜の和風煮(玉ねぎ、小松菜、しらす) すまし汁(高野豆腐、人参、しめじ(初期なし) おかゆ(米)
	あんかけ丼(白菜、人参、しいたけ(初期なし)、ささみミンチ、米) スープ(じゃがいも、トマト)		野菜とツナの蒸し煮(ブロッコリー、玉ねぎ、人参、ツナ) 清汁(ほうれん草、さつまいも、人参) おかゆ(米)
火	ツナの煮物 (ツナ、さつまいも、人参) 煮びたし (小松菜、えのき、玉ねぎ、<しょうゆ>) おかゆ(米)	金	煮魚 (カレイ) スープ (さつまいも、人参、ブロッコリー) おかゆ(米)
	煮魚(鮭) スープ(水菜、しめじ(初期なし)、人参) おかゆ(米)		じゃがいものシチュー (じゃがいも、玉ねぎ、人参、粉ミルク) 野菜の炒め煮 (チンゲン菜、しらす) おかゆ(米)
水	おやき(白菜、人参、大根) スープ (キャベツ、かぼちゃ) おかゆ(米)	土	野菜おじや
	豆腐と野菜のうま煮(絹豆腐、大根、かぼちゃ) おかか和え(小松菜、人参、玉ねぎ、かつお節) 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	17.2~21.0	12.0~14.6	218	2.2	188	0.26	0.29	20	1.5未満
	給与量	461	18.5	12.8	211	2.3	186	0.25	0.27	20	1.5
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	560	19.8	17.8	154	2	154	0.31	0.33	26	1.9

☆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。

