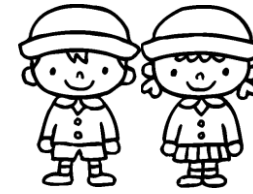




# 4月 きゅうしょく だより



足 近 保 育 園

平成 30 年 4 月 3 日

## ご入園・ご進級 おめでとうございます！

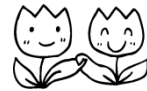


桜の花も徐々に咲き、今年も入園・進級をお祝いするかの様に園庭をピンク色に染めています。

進級児は 4 日（水）から給食が始まります。新入園児（初めて園生活を迎える園児）は、9 日（月）から給食が始まります。給食の時間が子ども達にとって毎日楽しく待ち遠しいものになることを願っています。時には苦手な食材が出てくることもあると思います。特に野菜は子どもにとって苦手な食べ物の筆頭ではないでしょうか？足近保育園の給食に登場する野菜のほとんどは園の畑で収穫された新鮮なものです。採れたての野菜は甘みが強く野菜特有のにおいや苦味がないため、苦手な野菜も「家とは味が違う！だから園の野菜は食べられる」また「みんなと食べるから食べられる。おいしい」と言う子も多いです。ご家庭でも子ども達を長い目で見て温かく見守っていただき、好き嫌いを少しでもなくしていけるといいですね。主食は安心、安全な羽島ハツシモの七分つき米をそして週に一度は、発芽玄米入りのお米を使用します。たくさん食べて下さい。



### 給食室の職員紹介



精一杯頑張ります！よろしくお願いたします。

・栄養士 今西 沙代

・調理師 後藤 敦子

・調理員 藤井 京子

・調理員 渡辺 悦子

・調理員 安田 まゆみ

「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしっかりし、食べ物に感謝の気持ちを持ち、楽しく食事が出来るようにしていきたいです。旬の野菜をふんだんに使用しおいしい給食を毎日作るので、楽しみにして下さいね。また畑のお手伝いも頼む事があります。自分達がお手伝いして、苗植えや収穫などのすることにより自分達が採った野菜だ！！と愛着が湧き喜んで食べてくれることが多いです。食の大切さを子ども達に伝えたいと心から考えていますが、1日3回の食事の内の給食だけをしっかり食べても、朝や夕ごはんが疎かでは、食生活は改善されず又しっかり食べているとは言えません。朝晩の家の食事がとても重要になってくるので保護者の方の力も必要です。健康な子ども達の身体を作る為の食事なので、少し気にかけていただけると嬉しいです。食に関して何かご相談等ありましたら些細なことでもいいので気軽に声をかけください。



# 献立表

4月～6月まで週に1度、発芽玄米入りごはんです。  
☆は手作りおやつです。

日	曜日	未満児おやつ	お昼	全園児おやつ	栄養価		日	曜日	未満児おやつ	お昼	全園児おやつ	栄養価	
					エネルギー	たんぱく質 脂質						エネルギー	たんぱく質 脂質
4	水	牛乳 せんべい	ごはん・鮭の塩焼き	牛乳 こつぶっこ	560 Kcal	17	火	牛乳 ジャコトースト	五目ごはん・玉子焼き	牛乳 黒糖みるく	549 Kcal	24.1 g	18.3 g
			ほうれん草お浸し・味噌汁		12.5 g				胡麻和え・味噌汁		15 g		
			バナナ						オレンジ				
5	木	牛乳 ジャムサンド	ごはん・ハンバーグ	アシドミルク ビスコ	574 Kcal	18	水	牛乳 豆乳餅	ごはん・鮭の塩焼き	ヨーグルト まんてん大豆 ミニせんべい	600 Kcal	20.5 g	25.2 g
			里芋煮物・味噌汁		10.9 g				ひじき煮物・すいとん汁		10.6 g		
			もも缶						グレープフルーツ				
6	金	牛乳 ビスケット	ごはん・五目春巻き	幼児牛乳 まがりせんべい	564 Kcal	19	木	牛乳 せんべい	ごはん・麻婆里芋	牛乳 ☆ホットケーキ	578 Kcal	15.7 g	24 g
			マカロニサラダ・若竹汁		19.6 g				花野菜サラダ・かき玉汁		13.7 g		
			ゼリー						ヨーグルト				
9	月	牛乳 ポーロ	カレーライス・福神漬け	牛乳 麩菓子	580 Kcal	20	金	牛乳 ビスケット	食パン・ジャム・白身フライ	ジョア しょうゆせんべい	578 Kcal	23.5 g	19.9 g
			ポパイサラダ・チーズ		18.6 g				海藻サラダ・クリームスープ		10.9 g		
			ヨーグルト						パイン缶				
10	火	牛乳 ホットケーキ	ごはん・鯖のタルタル焼き	ヨーグルト ミニせんべい	615 Kcal	23	月	牛乳 ジャムサンド	ごはん・肉じゃが	牛乳 せんべい	601 Kcal	23.2 g	22.5 g
			切り干し大根煮物・味噌汁		13 g				中華サラダ・味噌汁		17.7 g		
			オレンジ						バナナ				
11	水	牛乳 せんべい	ごはん・春野菜のグラタン	牛乳 野菜カステラ	568 Kcal	24	火	牛乳 ビスケット	ごはん・鯖のピザ風焼き	アシドミルク ブルーン ミニせんべい	614 Kcal	19.8 g	23 g
			おかか和え・野菜スープ		16.8 g				お浸し・味噌汁		16 g		
			パイン缶						りんご				
12	木	牛乳 ゼリー	ごはん・豆腐ハンバーグ	アシドミルク ☆ジャコトースト	617 Kcal	25	水	牛乳 ホットケーキ	チャーハン・肉団子	牛乳 小魚せんべい	565 Kcal	21.5 g	17.5 g
			春雨サラダ・すまし汁		13.8 g				茹でブロッコリー・中華スープ		19.2 g		
			バナナ						もも缶				
13	金	牛乳 ポーロ	わかめごはん・コロッケ	果物ジュース ソフトせんべい	598 Kcal	26	木	牛乳 バナナ	ごはん・鮭の味噌焼き	ヨーグルト ミニせんべい	528 Kcal	20.7 g	27 g
			ピーナツ和え・味噌汁		11 g				胡麻和え・豚汁		11.7 g		
			ゼリー						オレンジ				
16	月	牛乳 バナナ	ごはん・焼肉風炒め物	牛乳 揚げせんべい	553 Kcal	27	金	牛乳 ポーロ	ごはん・チーズはんぺんフライ	牛乳 ☆誕生日ケーキ	557 Kcal	14.8 g	19 g
			つまみ菜サラダ・味噌汁		12 g				五目豆煮物・味噌汁		16.7 g		
			ヨーグルト						ゼリー				

※献立は畑の都合上、多少変更することがありますが、いつも新鮮で豊かな野菜がたくさん給食に登場します。