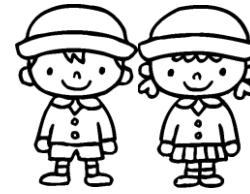




4月 きゅうしょく だより



足 近 保 育 園

平成 31 年 4 月 3 日

ご入園・ご進級 おめでとうございます！



桜の花も綺麗に咲き、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（木）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（火）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とも思います。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ので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！よろしく願いいたします。



・栄養士 今西 沙代

・調理師 後藤 敦子

・調理員 藤井 京子

・調理員 安田 まゆみ

・調理員 永田 則子

「いただきます、ごちそうさま」の挨拶をしっかり言い、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、楽しみにしていて下さいね。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為、保護者の方の力が必要です。健康な子ども達の大事な身体を作る為の食事なので、今より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今西まで声をかけください。



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
1	月	お茶 菓子	ハヤシライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	612 Kcal	12.2 g	16	火	牛乳 バナナ	ごはん・焼肉風炒め物 野菜サラダ・味噌汁 オレンジ	牛乳 ソフトせんべい	553 Kcal	14.8 g
2	火	お茶 菓子	カレーライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	595 Kcal	12.8 g	17	水	牛乳 ジャコトースト	五目ごはん・玉子焼き 胡麻和え・味噌汁 ヨーグルト	牛乳 黒糖みるく	549 Kcal	18.3 g
4	木	牛乳 せんべい	ごはん・鮭の塩焼き ほうれん草お浸し・味噌汁 バナナ	牛乳 野菜カステラ	560 Kcal	24.1 g	18	木	牛乳 ポーロ	ごはん・鯖の塩焼き ひじき煮物・すいとん汁 グレープフルーツ	ヨーグルト ミニせんべい	600 Kcal	25.2 g
5	金	牛乳 ジャムサンド	ごはん・ハンバーグ 茹で野菜・味噌汁 もも缶	果物ジュース せんべい	574 Kcal	20.5 g	19	金	牛乳 せんべい	食パン・ジャム・白身のフライ 海藻サラダ・クリームスープ バナナ	ジョア せんべい	601 Kcal	22.5 g
6	土	お茶 菓子	ハヤシライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	612 Kcal	12.2 g	20	土	お茶 菓子	ハヤシライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	612 Kcal	12.2 g
8	月	牛乳 ポーロ	ごはん・鯖のタルタル焼き 切り干し大根煮物・味噌汁 オレンジ	ヨーグルト ミニせんべい	615 Kcal	23.2 g	22	月	牛乳 ホットケーキ	ごはん・肉じゃが 中華サラダ・味噌汁 パイン缶	牛乳 オールレーズン	578 Kcal	19.9 g
9	火	牛乳 ホットケーキ	カレーライス・福神漬け ポパイサラダ・チーズ ヨーグルト	牛乳 ビスコ	580 Kcal	23.5 g	23	火	牛乳 バナナ	ごはん・鯖のピザ風焼き お浸し・味噌汁 りんご	アソッドミルク ブルー せんべい	614 Kcal	23 g
10	水	牛乳 せんべい	ごはん・チキングラタン おなか和え・野菜スープ パイン缶	牛乳 揚げせんべい	568 Kcal	19.8 g	24	水	牛乳 ビスケット	チャーハン・肉団子 茹でブロッコリー・中華スープ もも缶	牛乳 ☆ホットケーキ	565 Kcal	17.5 g
11	木	牛乳 ゼリー	ごはん・豆腐ハンバーグ 春雨サラダ・すまし汁 バナナ	アソッドミルク ☆ジャコトースト	617 Kcal	21.5 g	25	木	牛乳 豆乳餅	ごはん・鯖の味噌焼き 胡麻和え・豚汁 オレンジ	ヨーグルト ミニせんべい	528 Kcal	27 g
12	金	牛乳 ポーロ	一食ふりかけ・ごはん・コロッケ 五目煮豆・味噌汁 ゼリー	幼児牛乳 ☆おめでとう ケーキ	598 Kcal	20.7 g	26	金	牛乳 せんべい	ごはん・チーズはんぺん きんぴらごぼう・味噌汁 ヨーグルト	幼児牛乳 ☆誕生日デザート	578 Kcal	24 g
13	土	お茶 菓子	カレーライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	595 Kcal	12.8 g	27	土	お茶 菓子	カレーライス チーズ ゼリー	果物ジュース 菓子	595 Kcal	12.8 g
15	月	牛乳 ビスケット	ごはん・グリルチキン マカロニサラダ・若竹汁 りんご	牛乳 まがりせんべい	564 Kcal	15.7 g	30	火	牛乳 ポーロ	ごはん・厚揚げとひき肉の甘辛煮 花野菜サラダ・かき玉汁 バナナ	牛乳 プリン	557 Kcal	19 g
						19.6 g							16.7 g

※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。