



きゅうしょく だより



足 近 保 育 園

令和5年4月3日

ご入園・ご進級 おめでとうございます！

今年は少し早めに咲き始めた桜も、入園・進級をするみんなをお祝いしてくれています。
進級児は4日（火）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、7日（金）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ね！

給食室の職員紹介 よろしくお願いたします☆

- ・管理栄養士 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」の挨拶をしっかりと言い、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たおいしい給食を毎日作るの、楽しみにして下さい。日々の生活を大切にしながら園生活に慣れてきたら、少しずつ様々な食育活動をみんなでやっていく予定です。このおたよりでも栽培活動やクッキングなどの様子をお伝えしていきます。1年間よろしくお願いいたします。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。

足近保育園栄養士のブログでは日々の子どもの様子（給食・畑など）公開中です！メッセージもお気軽にどうぞ。必ずお返します。



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 エネルギー たんぱく質 脂質	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
4	火	牛乳 せんべい	ごはん・鮭の塩焼き きんぴらごぼう・味噌汁 バナナ	牛乳 ビスコ	517 Kcal 20.5 g 13.4 g	17	月	牛乳 せんべい	ごはん・里芋そぼろ煮 ごぼうサラダ・味噌汁 パイン缶	牛乳 プリン	546 Kcal 21.3 g 12.9 g
5	水	牛乳 ジャムサンド	ごはん・ハンバーグ ほうれん草ゴマ和え・味噌汁 もも缶	牛乳 せんべい	496 Kcal 17.9 g 13.8 g	18	火	牛乳 ボーロ	ごはん・鯖の塩焼き 春雨サラダ・すいとん汁 グレープフルーツ	ゼリー ミニせんべい	537 Kcal 16.4 g 10.8 g
6	木	牛乳 ボーロ	ごはん・グリルチキン マカロニサラダ・若竹汁 りんご	ヨーグルト ミニせんべい	524 Kcal 19.1 g 8.1 g	19	水	牛乳 せんべい	五目ごはん・厚焼き玉子 胡麻和え・味噌汁 ヨーグルト	牛乳 黒糖みるく	521 Kcal 20.7 g 17.4 g
7	金	牛乳 ホットケーキ	カレーライス・福神漬 ごぼうサラダ・チーズ フルーツゼリー	ジョア せんべい	520 Kcal 14.8 g 11.7 g	20	木	牛乳 ホットケーキ	ごはん・焼肉風炒め物 マカロニサラダ・味噌汁 プリン	アシドミルク 揚げせんべい	562 Kcal 19.5 g 14.8 g
10	月	牛乳 ボーロ	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	牛乳 ビスケット	514 Kcal 21.5 g 17.4 g	21	金	牛乳 バナナ	ごはん・チーズはんぺん ピーナツ和え・味噌汁 ヨーグルト	幼児牛乳 オールレーズン	552 Kcal 18.7 g 16.2 g
11	火	牛乳 ゼリー	ごはん・豆腐ハンバーグ ポテトサラダ・すまし汁 バナナ	牛乳 ☆ジャコトースト	515 Kcal 20.8 g 13.4 g	24	月	牛乳 せんべい	ごはん・鮭の味噌焼き 里芋煮つけ・豚汁 オレンジ	牛乳 プルーン ミニせんべい	536 Kcal 22 g 15.4 g
12	水	牛乳 バナナ	ごはん・グラタン おかか和え・野菜スープ もも缶	アシドミルク まがりせんべい	524 Kcal 17.6 g 8.2 g	25	火	牛乳 豆乳餅	チャーハン・肉団子 茹で野菜・中華スープ もも缶	ヨーグルト ミニせんべい	515 Kcal 16.1 g 11.3 g
13	木	牛乳 せんべい	ごはん・ハ宝菜 しゅうまい・切干サラダ おめでとうデザート	牛乳 ビスケット	529 Kcal 22 g 17.2 g	26	水	牛乳 ビスケット	ごはん・鯖のピザ風焼き ごぼうサラダ・味噌汁 りんご	牛乳 ☆ホットケーキ	504 Kcal 21.3 g 13.3 g
14	金	牛乳 ビスケット	ごはん・ホタテフライ 海藻サラダ・豚汁 ヨーグルト	果物ジュース せんべい	504 Kcal 18 g 7.9 g	27	木	牛乳 ボーロ	パン・チキンナゲット ツナサラダ・チリコンカン オレンジ	牛乳 せんべい	516 Kcal 24.4 g 18.7 g
						28	金	牛乳 せんべい	ごはん・コーンコロッケ 五目煮豆・味噌汁 バナナ	ジョア せんべい	528 Kcal 17.9 g 7.4 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。