



きゅうしょくだより



足近保育園 令和8年4月30日

新緑のまぶしい季節となり、園庭のこいのぼりも風に吹かれて、元気よく泳いでいます。入園、進級から約1ヶ月が経ち、ようやく新しい環境に慣れてきた子どもたち。連休明けには疲れが出ることもあります。ゆったりと給食を楽しめるように、食事の環境づくりに配慮していきたいと思えます。

昨年11月に植えた新玉ねぎがもうすぐ収穫できそうです。給食にもいっぱい使用していきます。500株ほど植えた苺も収穫時期を迎えています。先日はさくら組の子どもたちが苺を収穫し、給食室に持ってきてくれました。みんなで午後のおやつにいただきました。

また、さくら組ともも組の子どもたちが、畑のスタッフと一緒に夏野菜の苗を植えました。夏野菜が豊作になることを願っています。

お家で作って食べてみよう！

〈ドライカレー4人分(子ども8人分)〉

玉ねぎ	320g (大1個)	① たまねぎ、人参はみじんぎりにする。
人参	40g (1/3本)	② フライパンを熱しサラダ油を入れて豚ミンチを炒める。肉に火が通ったら①を入れて炒める。
とうもろこし	40g	③ とうもろこしを加えて炒める。
豚ミンチ	80g	④ 野菜から水がでてこなければ、水を少し入れて煮る。
スナップエンドウの豆	12g	⑤ ルウを刻んで溶けやすくして、④に加える。
カレールウ	60g	
コンソメ	1.6g (小さじ1/2)	
ケチャップ	12g (小さじ2)	
ソース	5g (小さじ1)	
サラダ油	4g (小さじ1)	
水	75cc (大さじ5)	

甘くて美味しいスナップエンドウがもうすぐ収穫できそうです。ゴールデンウィーク明けから給食にたくさん使うので楽しみにしててください。



2026年5月 献立表

足近保育園

日付	献立名	おやつ (◎は10時おやつ、☆は手作りおやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質
1金	ごはん、メンチカツ、ごぼうサラダ、きのこのすまし汁、パイン缶	◎牛乳、◎バナナ 野菜ジュース、玄米ポンせん	531 14.9 14.1
7木	チキンライス、ミニオムレツ、中華風お浸し、野菜スープ、国産りんごゼリー	◎牛乳、◎たべっ子BABY 牛乳、かっぱえびせん	541 17.3 13.8
8金	ごはん、磯辺揚げ、スナップエンドウのマヨかけ、味噌汁、もも缶	◎牛乳、◎豆乳餅 幼児牛乳、ミレービスケット(未満児：野菜ウエハース)	582 16.1 15.2
11月	ごはん、鯖のカレー焼き、絹厚揚げの煮物、八宝湯、オレンジ	◎牛乳◎国産みかんゼリー 牛乳、豆乳ラスク、ミニせんべい(未満児：豆花クッキー)	475 18.8 11.2
12火	ごはん、マカロニグラタン、胡麻和え、コンソメスープ、いちごヨーグルト	◎牛乳、◎ミニのりすけせんべい 牛乳、☆ホットケーキ	671 22.6 15.6
13水	二色ごはん(鶏そぼろ・炒り卵)、スナップエンドウのおかか和え、そうめん汁、バナナ	◎お茶、◎スティックチーズ ファイバーヨーグルト、きなこせんべい(未満児：牛乳、きなこせんべい)	546 19.9 10.7
14木	ごはん、生姜焼き風炒め、骨太サラダ、味噌汁、ぶどうゼリー	◎牛乳、◎☆ホットケーキ 牛乳、きらきら星のパフ	569 20.8 21.8
15金	ごはん、春巻き、茹で野菜、味噌汁、オレンジ	◎牛乳、◎かぼちゃポーロ リンゴジュース、うずらふがし、味付小魚(未満児：ひじきせんべい)	556 15.2 2.3
18月	食パン、ハンバーグ、大根サラダ、味噌汁、バナナ	◎牛乳、◎星っこ 牛乳、つなっこ(未満児：ベジタブルせんべい)	408 19.5 14
19火	チャーハン、しゅうまい、スナップエンドウ、中華スープ、国産ももゼリー	◎牛乳、◎アンパンマンのソフトせんべい 牛乳、ベジたべる	555 17.3 15
20水	ごはん、チキンのオープン焼き、スパゲティサラダ、味噌汁、いちご	◎お茶、◎ヨーグルト 牛乳、☆ツナトースト	661 25.7 20.1
21木	ごはん、鯖の味噌焼き、ひじきの煮物、大根のすまし汁、オレンジ	◎牛乳、◎バナナ 牛乳、えびせんべい(未満児：豆花クッキー)	480 19.8 10.6
22金	ごはん、鶏の唐揚げ、おかか和え、味噌汁、バナナ	◎牛乳、◎国産ももゼリー 幼児牛乳、さくさくチップやさい味	579 18.2 14.6
25月	ごはん、鯖の塩焼き、春雨サラダ、かきたま汁、グレープフルーツ(未満児：オレンジ)	◎牛乳、◎野菜ウエハース 牛乳、☆蒸しパン	552 21.5 9.7
26火	ドライカレー、チーズ、レタスサラダ、フルーツヨーグルト	◎牛乳、◎ポーロ 牛乳、カルデツサブレ、(未満児：ミニのりすけせんべい)	595 17.3 21.2
27水	ごはん、麻婆豆腐、小籠包、お浸し、パイン缶	◎牛乳、◎☆じゃこトースト 牛乳、鈴カステラ	598 18.9 14.8
28木	ロールパン、ミニオムレツ、コーンサラダ、ポタージュ、オレンジ	◎牛乳、◎☆きな粉バナナ 牛乳、ほうれん草ドーナツ(未満児：小さなマドレーヌ)	428 18.2 20.4
29金	ごはん、プルコギ、キャベツサラダ、味噌汁、国産野菜ゼリー	◎お茶、◎スティックチーズ リンゴジュース、サッポロポテト	502 12.4 10.1

※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。