



4がつのこんだてひょう



平成30年 平田保育所

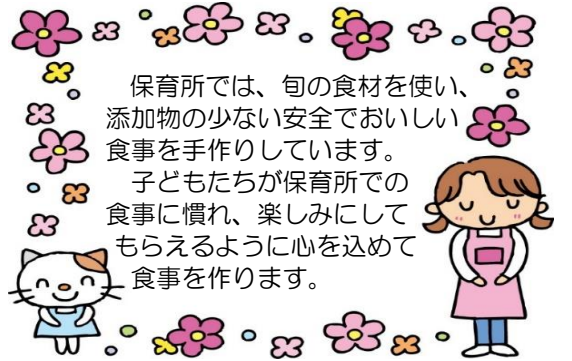
ご入所・ご進級おめでとございます！

新しいお友だちを迎え、新年度がスタートしました。
今年度も日々のおいしい給食作りと、栽培やクッキングなどの食に関する体験を通して、子どもたちに食べることの楽しさや大切さを伝えていきたいと思ひます。
幼児期は、食事の習慣を身につける大切な時期です。心身の健やかな成長のために、ご家庭と連携をとりながら進めていきたいと思ひます。また、食事に関する悩みやレシピの紹介など、いつでもお応えします。各クラスの食事の様子なども献立表を通して伝えていきたいと思ひますので、どうぞご覧下さい。
1年間ご協力よろしくお願ひします。

今月の目標

保育所の食事に慣れよう
食事のあいさつをしよう

*青字は新メニューです！



月	火	水	木	金
2 (午前のおやつ1、2歳児) 蒸しかぼちゃ・牛乳	3 みたらし団子 牛乳	4 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳	5 入所のつどい 人参プリッツ 牛乳	6 粉ふき芋 牛乳
ごはん 松風焼き ひじきの煮物 切干大根のみそ汁 きよみオレンジ	ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ 春キャベツのスープ	ごはん 魚のガーリックパン粉焼き ばんさんすう ふきのみそ汁 りんご	ごはん 小松菜と豆腐のチャンプル アスパラの和え物 あさりのみそ汁	ごはん 魚のコーンマヨ焼き 春キャベツのみそ炒め わかめのすまし汁
あさりしぐれおにぎり お茶	じゃこおにぎり お茶	麩のかりんとう ミックスジュース	豆乳あべかわ お茶	炒り玄米おにぎり 牛乳
9 きよみオレンジ パスチャライズ牛乳	10 煮昆布 牛乳	11 きな粉まめ 牛乳	12 豆乳スープ お茶	13 煮豆 牛乳
ごはん 鶏肉の照り焼き あらめの炒め煮 きのこのみそ汁	ごはん 魚のソースフライ 小松菜の和え物 しじみ汁	五目うどん 昆布のかき揚げ キャベツとえのきの 磯香和え ぶんたん	ごはん さばのごまごま竜田焼き たけのこの土佐煮 具だくさんみそ汁	カレーライス ごぼうサラダ いちご
塩焼きそば パスチャライズ牛乳	梅かつおおにぎり お茶	和風パセリごはん 牛乳	鶏そぼろおにぎり お茶	きな粉団子 牛乳
16 りんご 牛乳	17 粉ふき芋 パスチャライズ牛乳	18 ぱりぱりせんべい 牛乳	19 弁当の日 高野豆腐のしつとりラスク風 牛乳	20 かりかりいりこ 牛乳
五穀ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ひじきのマリネ 油揚げのみそ汁	板わかめごはん 鮭の衣焼き 切干大根の煮物 なめこ汁	ごはん 肉じゃが 春キャベツの和え物 たけのこのみそ汁		筍ごはん 魚のみそ焼き 大豆の五目煮 若竹汁 りんご
ふりかけおにぎり お茶	黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	よもぎ団子 牛乳	パン・いちごジャム 牛乳	五平餅 牛乳
23 ふかし芋 パスチャライズ牛乳	24 ブルーベリーヨーグルト お茶	25 かりかりいりこ 牛乳	26 誕生会 煮昆布 牛乳	27 煮豆 牛乳
ごはん 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーの和え物 豆腐のみそ汁	ごはん たけのこつくね かぼちゃサラダ 麩のすまし汁	ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ チンゲン菜のさっと煮 じゃが芋のみそ汁	春色ごはん 鶏肉の唐揚げ アスパラサラダ わかめのすまし汁 かわちばんかん ショートケーキ 牛乳	親子丼 ごぼうの炒め煮 春キャベツと スナッペンどうのごま和え いちご
昆布ごはん パスチャライズ牛乳	もちもちふきおにぎり 牛乳	鯛めし お茶		クッキー 牛乳

30 振替休日



～お弁当の日があります～
保育所では、月に1回お弁当の日があります。子どもたちが楽しみにしていますので、手作りのお弁当をよろしくお願ひします。
○食べやすい大きさ・量にしましょう
・ごはんは小さめのおにぎりにすると食べやすいです。
・普段食べているくらいの量で良いです。
・おかずは食べやすい大きさにしてあげましょう。
○果物は少量にしましょう
・デザートはゼリーやプリンはやめ、果物にしましょう。

《展示食について》
玄関にその日の給食を展示していますので、お迎えの時にご覧ください。
*幼児食
子どもたちが食べた昼食とおやつ(3歳児の量)を展示しています。展示食の上には、その日の食材を赤・黄・緑の3色に分けて、お知らせしています。
*離乳食
5・6か月頃、7・8か月頃、9～11か月頃の食事を日替わりで展示しています。食事内容・調理形態・量など参考にしてください。

お手伝い
今年度も、子どもたちが給食やおやつで使う食材を洗ったり、皮むき、種取りなどのお手伝いをします。お手伝いすることで食事への興味を広がり、食べる意欲につながっていきます。
4月はたけのこの皮むきを予定しています。
☆天候等の関係で、魚の種類や調理法を変更することがありますので、ご了承ください。

☆土曜保育を希望される方は、お弁当・水筒・コップ袋を持ってきてください。おやつは保育所で準備します。