



きゅうしょくだより

令和6年度4月分 小山保育園

【4月のテーマ】 うれしい給食

【食育目標】 保育園の給食に慣れる



ご入園、ご進級おめでとうございます

新年度が始まり、希望と不安を抱いての入園・進級です。子供達の環境が変わり、保育園生活に慣れるまでは、多少疲れがでたり食欲が落ちたりすることもあります。「楽しく食べる子ども」になれるように調理方法や味付け、盛り付けなどを工夫しながら給食を作っています。給食で不安な事、心配等ございましたら、遠慮なくお尋ね下さい。



乳児

- * 月齢に応じて、ミルク、離乳食を提供します。
- * 離乳食の開始は、月齢5~6か月頃が適当です。



1~2歳児

- * 午前のおやつ・昼食・午後のおやつの3回です。
- * 昼食は、主食(ご飯)を含めた「完全給食」です。



3歳以上児

- * 昼食・午後のおやつの2回です。
- * 昼食は、主食(ご飯)を含めた「完全給食」です。

展示等、参考になさって下さい。
※月齢ごとの食事摂取基準量に沿って、お子様の状態に合わせて給与します。

主食量(ご飯)

3歳児 : 105g
4歳児 : 110g
5歳児 : 115g

保育園の給食では、1日の40~50%の栄養を摂ることができます。残りをご家庭で、きちんとバランスのとれた食事をするのが大切です。「朝ごはん」は1日元気に過ごす為の大切なスイッチです。しっかり食べて登園しましょう!



かみかみメニューを
取り入れています!

献立の青文字表記が
かみかみメニューとなっています。
よくかんで食べる事は、頭やあごの骨・
顔の筋肉の発育を促し、表情豊かな
顔をつくり、脳の働きを活性化します。
また、噛むことによって唾液の分泌も
よくなります。よくかんで食べましょう!
茶色文字はすみれ・つきの別メニューで
す。



「防災食」

園では、万が一のための
防災食を備蓄しています!
2016. 4. 16 熊本地震災害
を忘れないために、16日(火)
おやつで防災食を提供します。



1日げつようび そばろっやくどん ぶろっこりーさらだ えのきのみそしる おれんじ ぎゅうにゆう ちんすこう	2日かようび たきたてごはん さかなのかばやき もやしいため はくさいのみそしる ぎゅうにゆう りんごゼリー	3日すいようび たきたてごはん びざぼーぐ びーふんさらだ とうふのみそしる いちご ぎゅうにゆう さつまいものあまに	4日もくようび たきたてごはん にざかな なやき ふのみそしる ぎゅうにゆう ふれーくあえ	5日きんようび たきたてごはん まーぼーどうふ じゃこあえ たまねぎのすましじる ぎゅうにゆう あげぼん	6日どうようび やきそば りんご  ぎゅうにゆう せんべい
8日げつようび はやしらいす はるさめさらだ ばなな ぎゅうにゆう ましゅまるさんど	9日かようび たきたてごはん さかなのみそに にんじんのふくめに わかめのすましじる ぎゅうにゆう じゃがいももち	10日すいようび たきたてごはん ちぐさやき かぼちゃのあまに なすのみそしる しらぬい ぎゅうにゆう そふとどーなつ	11日もくようび たきたてごはん さかなのちーずやき なつとーごまあえ もやしのみそしる ぎゅうにゆう にまめ	12日きんようび たきたてごはん とりのからあげ かみかみさらだ えのきのみそしる ぎゅうにゆう ふのらすく	13日どうようび ちゃんぼん りんご  ぎゅうにゆう びすけつと
15日げつようび びびんぼどん いためきゅうり えのきのみそしる ばなな ぎゅうにゆう かりかりいりこ うえはーす	16日かようび たきたてごはん やきざかな ひじきのいりに なすのみそしる ばなな ぎゅうにゆう びすけつと (ぼうさいしょく)	17日すいようび たきたてごはん ひれかつ かぼちゃさらだ たまねぎのみそしる むぎぢゃ ぶりん	18日もくようび たきたてごはん さかなのてりやき じゃがいものおかか とうふのみそしる ねーぶる ぎゅうにゆう すいーとぼてと	19日きんようび たきたてごはん ぶたのしょうがやき きりほしのちゅうかさらだ あおなのみそしる ぎゅうにゆう くろっくむっしゅ	20日どうようび すばげていなほりたん りんご  ぎゅうにゆう かりんどう
22日げつようび ちきんかれーらいす こーるすろーさらだ  ぎゅうにゆう くりーむさんど	23日かようび たきたてごはん さかなのこみりやき まかろにさらだ たまねぎのみそしる ねーぶる ぎゅうにゆう ばななすこーん	24日すいようび わかめごはん けんちんじる とりればーあまからに ばなな ぎゅうにゆう ふらいどぼてと	25日もくようび たきたてごはん さかなのくらかーやき ふれんちすばさら なすのみそしる ぎゅうにゆう めろんばんくつきー	26日きんようび たきたてごはん まつかぜやき ちぎりあげに えのきのみそしる むぎぢゃ よーべると くらかー	27日どうようび おみしりえんそく あいじょうべんどう  ぎゅうにゆう 
		30日かようび たきたてごはん さかなのすばいすやき びーふんため あおなのみそしる ばなな ぎゅうにゆう ぶどうゼリー			