



給食だより 4月



2024年4月1日

日の出保育園

ご進級、ご入園おめでとうございます。日の出保育園では、旬の食材を使った行事食や食育活動などを通して、子ども達が食に対して興味を持ち、食べることが楽しい！と感じられるおいしい給食作りを心掛けています☆ご質問等ありましたらお気軽にお声がけください。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

～給食室からのお知らせ～



＜新園児の保護者様へ＞

保育園での食物アレルギー事故を防ぐために、園で初めて食べる食材がないようにお願いしております。毎月お配りする献立に食材の記載がありますので、確認していただきますようお願いいたします。もし、まだ食べていない食材がありましたら、ご家庭で一度食べていただきアレルギーの有無をご確認ください。

＜食物アレルギーについて＞

アレルギー対応食で給食を提供しております。その際に、医師の診断に基づいた「生活管理指導表」が必要となりますので、提出をお願いしております。

＜宗教上の理由により＞

日の出保育園では、様々な宗教に対応すると同時に、みんなで同じ給食が食べられるように、肉類は鶏肉のみを使用しています。ご家庭では豚肉や牛肉など鶏肉以外も献立に混ぜて頂けると幸いです。

安心安全な給食が提供できるよう配慮していきますので、ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。

0歳児の離乳食

「授乳・離乳の支援ガイド」(国の指針)に基づいてひとりひとりの成長に合わせて個別に対応します。



1～2歳児の給食

主食(ご飯等)、副菜(おかず)、午前と午後のおやつを園で用意します。

1日の栄養量の50%程度をとることを目標としています。

3～5歳児の給食

主食(ご飯等)、副菜(おかず)、午後のおやつを園で用意します。

1日の栄養量の45%程度をとることを目標としています。

★安全を考慮して果物以外は全て加熱し生野菜はだしていません。

★食べ物の持ち味をいかした薄味調理です。

~~~~~  
献立が飾ってあります

~~~~~  
玄関に毎日の給食とおやつを展示しています。お帰りの際に、ぜひご覧ください。今月は、早く給食に慣れてもらうことができるように、子供達が食べやすいメニューを多く取り入れています。

～4月 旬の食材～

野菜:春キャベツ アスパラ 筍 レタス さやえんどう 椎茸

果物:りんご いちご デコポン 魚:鯖 鱈 かじき カレイ





令和6年 4月献立



日の出保育園

日付	曜日	乳児10時 乳児用菓子	昼食	おやつ	食材	エネルギー
1 15	月	牛乳 乳児用菓子	中華丼 切干大根の煮物 わかめの味噌汁	牛乳 きなこ マカロニ	精白米 米粒麦 鶏肉 かまぼこ 人参 玉ねぎ 白菜 切干大根 しいたけ 油揚げ もやし 長葱 わかめ 牛乳 マカロニ 調合油 中華だし 醤油 片栗粉 ごま油 三温糖 かつおだし 味噌 塩 こんぶだし きな粉	乳:407kcal 幼:512kcal
2 16	火	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん カレイの煮付け デコポン ほうれん草のおかか和え じゃがいもの味噌汁	牛乳 シュガー トースト	精白米 米粒麦 カレイ ほうれん草 キャベツ 人参 おかか じゃがいも わかめ たまねぎ だいこん デコポン 牛乳 食パン 調合油 酒 無塩バター 醤油 味噌 みりん 三温糖 かつおだし こんぶだし	乳:371kcal 幼:466kcal
3 17	水	牛乳 乳児用菓子	アスパラのクリームスパゲティ ツナコーンサラダ レタススープ	牛乳 りんごゼリー	スパゲティ 鶏肉 アスパラ たまねぎ ツナ コーン キャベツ きゅうり 人参 レタス 牛乳 無塩バター 小麦粉 生クリーム コンソメ 塩 醤油 マヨネーズ りんご りんごジュース 寒天	乳:457kcal 幼:556kcal
4 18	木	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん バーベキューチキン かぶのサラダ 山東菜の味噌汁 オレンジ	牛乳 焼きうどん	精白米 米粒麦 鶏肉 かぶ きゅうり にんじん 山東菜 しめじ オレンジ 牛乳 ケチャップソース 三温糖 めんつゆ 味噌 かつおだし こぶだし 調合油 うどん ツナ 醤油 ウスターソース	乳:391kcal 幼:475kcal
5 19	金	牛乳 乳児用菓子	わかめごはん 鮭のパン粉焼き おかひじきの納豆和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 バナナケーキ	精白米 米粒麦 鮭 わかめ ひきわり納豆 おかひじき キャベツ にんじん かぼちゃ 玉ねぎ えのき 牛乳 ごま 塩 酒 パン粉 粉チーズ 酢 三温糖 味噌 かつおだし こんぶだし 調合油 バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー	乳:402kcal 幼:505kcal
6 20	土	牛乳 乳児用菓子	そぼろあんかけ丼 味噌汁	牛乳 せんべい	精白米 鶏挽肉 玉ねぎ しめじ じゃがいも にんじん 小松菜 牛乳 調合油 醤油 酒 みりん 三温糖 片栗粉 味噌 かつおだし こんぶだし せんべい	乳:365kcal 幼:460kcal
8 22	月	牛乳 乳児用菓子	かしわ煮麺 ポテトサラダ いちご	牛乳 炊き込みご飯	冷麦 鶏肉 にんじん たまねぎ 長ねぎ だいこん じゃがいも コーン きゅうり いちご 牛乳 めんつゆ かつおだし 塩 三温糖 こんぶだし マヨネーズ 精白米 しいたけ 油揚げ 醤油 酒	乳:441kcal 幼:535kcal
9 23	火	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん ホキの味噌マヨ焼き のり和え 大根の味噌汁	牛乳 ドーナツ	精白米 米粒麦 ホキ キャベツ ほうれん草 にんじん えのき のり だいこん にんじん たまねぎ 油揚げ 牛乳 酒 味噌 マヨネーズ 調合油 醤油 三温糖 かつおだし こんぶだし 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター	乳:416kcal 幼:508kcal
10 24	水	牛乳 乳児用菓子	チキンカレー 春キャベツのコールスローサラダ りんご	麦茶 ミルク くずもち	精白米 米粒麦 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ コーン キャベツ きゅうり りんご 牛乳 豆乳 調合油 カレールウ マヨネーズ 酢 塩 粉チーズ 三温糖 片栗粉 きな粉	乳:370kcal 幼:452kcal
11 25	木	牛乳 乳児用菓子	ミルクパン 照り焼きチキン フレンチサラダ コンソメスープ オレンジ	牛乳 焼きおにぎり	ミルクパン 鶏肉 キャベツ にんじん きゅうり もやし 玉ねぎ ほうれん草 コーン 牛乳 醤油 みりん 酒 調合油 三温糖 塩 酢 コンソメ 精白米 醤油 オレンジ	乳:406kcal 幼:515kcal
12 30	金月	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん さわらの野菜あんかけ 和風サラダ 豆腐の味噌汁 デコポン	牛乳 ジャーマン ポテト	精白米 米粒麦 さわら にんじん たまねぎ ひじき キャベツ コーン 豆腐 わかめ 長葱 デコポン じゃがいも ツナ 牛乳 調合油 醤油 三温糖 片栗粉 酢 ごま油 味噌 かつおだし こんぶだし 塩	乳:357kcal 幼:446kcal
13 27	土	牛乳 乳児用菓子	炒飯 わかめスープ	牛乳 せんべい	精白米 米粒麦 鶏肉 にんじん 長葱 コーン かまぼこ 大根 玉ねぎ わかめ 牛乳 調合油 塩 中華だし ごま油 醤油 かつおだし せんべい	乳:294kcal 幼:355kcal
誕生会 26	金	牛乳 乳児用菓子	鮭ごはん 豆腐ハンバーグ 春野菜のコールスローサラダ 若竹汁	麦茶 フルーツ サンド	精白米 米粒麦 鮭フレーク 挽肉 木綿豆腐 玉ねぎ キャベツ 人 参 アスパラ コーン わかめ たけのこ 大根 牛乳 ごま 醤油 酒 かつおだし 三温糖 調合油 パン粉 塩 ケチャップ 中濃ソース みりん マヨネーズ 粉チーズ こんぶだし 食パン い ちご みかん缶 生クリーム	乳:514kcal 幼:649kcal

* 献立内容を変更する場合がありますが、ご了承ください。

令和6年 4月補食献立

日付	曜日	献立	主な食材
1 15	月	炒飯風 コンソメスープ	精白米 鶏肉 白菜 人参 油揚げ 玉ねぎ もやし 長葱 コンソメ 食塩 醤油
2 16	火	わかめごはん 味噌汁	精白米 鶏肉 キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめごはんの素 味噌 こんぶだし かつおだし
3 17	水	炊き込みご飯 味噌汁	精白米 鶏肉 玉ねぎ キャベツ 人参 コーン しめじ 醤油 みそ こんぶだし かつおだし
4 18	木	きのこご飯 鶏汁	精白米 鶏肉 しめじ かぶ 山東菜 玉ねぎ 人参 醤油 酒 みりん 味噌 かつおだし
5 19	金	ツナ煮麺 青のりポテト	冷麦 ツナ 人参 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ えのき 青のり 醤油 酒 みりん 塩
8 22	月	茶飯 味噌汁	精白米 鶏肉 人参 じゃがいも 長ねぎ ほうれん草 玉ねぎ 大根 醤油 酒 かつおだし こんぶだし 味噌
9 23	火	中華あんかけ丼 野菜スープ	精白米 ツナ 人参 ほうれん草 玉ねぎ 大根 コーン 片栗粉 中華だし 醤油 コンソメ 食塩
10 24	水	チャーハン コンソメスープ	精白米 ツナ 人参 玉ねぎ キャベツ じゃがいも コーン コンソメ 塩 醤油
11 25	木	おかかおにぎり 味噌汁	精白米 鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ もやし ほうれん草 かつおぶし 醤油 味噌 かつおだし こんぶだし
12 26	金	ツナピラフ わかめスープ	精白米 ツナ 玉葱 人参 キャベツ 長ねぎ コンソメ 食塩 醤油 わかめ

※献立内容を変更することがありますが、ご了承下さい。





令和6年 4月離乳食



日付	曜日	献立		主な食材
		午前(10:00)	午後(14:00)	
1 15	月	粥 ささみのあおさ煮 味噌汁	粥 白菜の煮物	精白米 ささみ 人参 玉ねぎ 白菜 もやし 片栗粉 きざみのり
2 16	火	粥 白身魚の野菜あん 味噌汁	パンスティック お芋の甘煮	精白米 カレイ ほうれん草 キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ 大根 片栗粉
3 17	水	そばろスパゲティ 野菜スープ	粥 ホットサラダ	スパゲティ 挽肉 玉ねぎ キャベツ 人参 片栗粉 精白米
4 18	木	粥 かぶの鶏あんかけ 味噌汁	だしうどん おかか和え	精白米 挽肉 かぶ 人参 キャベツ 玉ねぎ 片栗粉 冷麦 ソフトおかか
5 19	金	粥 鮭の味噌焼き すまし汁	粥 納豆汁	精白米 鮭 納豆 キャベツ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 片栗粉 味噌
8 22	月	ささみ煮麺 ポテトサラダ	粥 キャロットサラダ	冷麦 ささみ 人参 玉ねぎ 大根 じゃがいも 精白米 片栗粉
9 23	火	粥 カレイの煮つけ 味噌汁	粥 のり和え	精白米 カレイ キャベツ ほうれん草 人参 大根 玉ねぎ 片栗粉 きざみのり
10 24	水	粥 キャベツのくたくた煮 鶏汁	粥 おでん風	精白米 挽肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ 片栗粉
11 25	木	パンスティック 鶏のトマト煮 ほうれん草のスープ	粥 鶏のだし煮	食パン ささみ キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ ほうれん草 精白米 片栗粉 ケチャップ
12 30	金 月	粥 魚の煮物 味噌汁	粥 白和え	精白米 鮭 人参 玉ねぎ キャベツ 木綿豆腐 片栗粉 じゃがいも
26	金	粥 鶏そばろ 味噌汁	粥 大根の洋風煮	精白米 挽肉 木綿豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参 大根

※献立内容を変更する場合がありますが、ご了承下さい。

※初期食…粥、汁物(野菜、芋など)をペースト状にて出します。

味付けなしの素材を感じられる献立となっております。

※中期食…食材そのものの味やだしの風味を活かした味付けになります。

食べ具合を見ながら形態を変えていきます。

(・7~8倍粥→5~6倍粥、軟飯 ・パンスティック→パン粥 など)