



よていこんだて

令和 8年 4月号
末崎こども園
栄養士 永井 祐子

曜日	月	火	水	木	金	土
日				2	3	4
予定				入園式	普通保育開始 (進級園児)	
未満児主食					ごはん	
昼食	ご入園、ご進級おめでとうございます。今日から新年度が始まりました。 新しいお友だちも加わり、新たなクラスにみんなわくわくしています。これからの園生活で体調を崩すこともあるでしょう。給食室では子どもたちの様子をみながら安心安全な給食を提供していくよう頑張りますので、どうぞよろしくお祈りします。 				<ul style="list-style-type: none"> ・とりのてりやき ・マカロニサラダ ・たまねぎのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・わかめごはん ・しめじのみそしる ・ヨーグルト
おやつ					ぎゅうにゅう ビスケット	ごはんはいりません
日	6	7	8	9	10	11
予定			完全給食 普通保育開始 (新入園児)	全体集会	交通安全全体指導	おにぎりの日
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・いりどうふ ・かぼちゃサラダ ・キャベツのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・さけのあけほのやき ・きりほしだいこんのにつけ ・とうふのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちらしずし ・わかたけじる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・にくだんごあんかけ ・ばんさんすう ・なめこじる ・ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレー ・ヨーグルトサラダ ・むぎちや 	おにぎり、飲み物を持ってきてください。
おやつ	ぎゅうにゅう ぶのラスク	ぎゅうにゅう こめこのりんごタルト	ぎゅうにゅう スイートポテト	むぎちや ゆかりごはん	やさしいジュース あずきむしパン	
日	13	14	15	16	17	18
予定		こいのぼりをあげる	完全給食 誕生児参観	避難訓練準備指導	ジャガイモの種まき	
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・あつやきたまご ・にくじゃが ・だいこんのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・あかうおのにつけ ・ラーメンサラダ ・じゃがいものみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・コーンのピラフ ・にんじんスープ ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・とりのからあげ ・じゃがいものにももの ・もやしのみそしる ・ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナとこうやどうふのそぼろ ・たけのこサラダ ・きぬさやのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりごはん ・えのきのみそしる ・ヨーグルト
おやつ	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう もちもちかぼちゃ	むぎちや おたのしみデザート	むぎちや ツナのたきこみごはん	おいものムース せんべい	ごはんはいりません
日	20	21	22	23	24	25
予定			完全給食			家族参観
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・おこのみやきふうハンバーグ ・ひじきさんぴら ・かぼちゃのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズはんぺんフライ ・だいこんのうめサラダ ・たまねぎのみそしる ・ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・きつねどんぶり ・くだくさんみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークビーンズ ・ひじきのサラダ ・なまあげのみそしる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナとチーズのふわとろいため ・だいこんのそぼろに ・しめじのみそしる ・くだもの 	
おやつ	ぎゅうにゅう パイ	のむヨーグルト スティックパン	ぎゅうにゅう マカロニあべかわ	むぎちや おかかごはん	ぎゅうにゅう ぶかいしいち	
日	27	28	29	30	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>今月の目標</p> <p>新しいお部屋で 楽しく食べよう</p> </div>	
予定			昭和の日	ごはん		
未満児主食	ごはん	ごはん		ごはん		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・さばのみそに ・はるキャベツのソテー ・とうふのすましじる ・くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちくわのカレーに ・ひじきのマヨネーズサラダ ・あぶらあげのみそしる ・くだもの 		<ul style="list-style-type: none"> ・マーボーどうふ ・パンパンジー ・ちゅうかうふうなめこじる ・くだもの 		
おやつ	ぎゅうにゅう アップルケーキ	ぎゅうにゅう いちごジャムサンド		ヨーグルト せんべい		

※献立は都合により変更になる場合があります。
※今月の果物はバナナ、デコポン、いちごなどの予定です。

- ## おしらせ
- 3歳未満児は完全給食です。
 - 3歳以上児は食べられる量のご飯、お箸、おしぼりを持ってきてください。(お弁当箱・お箸・おしぼり・水筒は汚れていないか確認して、清潔な物を持たせてください。)
 - 未満児は午前中のおやつがあります。
 - 誕生児参観の試食会は年長児のおうちの方のみになります。感染症の発生等により、中止、延期になる場合があります。
 - 毎週水曜日、第1・3・5土曜日は完全給食のためご飯はいりません。
 - 第2・4土曜日はおにぎり、飲み物を持ってきてください。
 - お子さんの体調が悪い時(嘔吐・下痢・発熱等の症状の時)は家庭で様子を見るようご協力お願いします。

今月の平均熱量をお知らせします。

	以上児	未満児
エネルギー	445cal	520kcal
塩分	1.6g	1.4g
鉄分	2.3g	2.0g

こども園の栄養量は日本人の食事摂取基準をもとに、設定しています。
未満児は午前中のおやつ、ご飯を提供しているため、以上児よりも熱量が高くなっています。
子どものおやつは第4の食事と言われ、食事を補う目的があります。そのため、お楽しみとしてのおやつだけでなく、ご飯、パン、麺なども提供しています。

