

4月 よていこんだて

令和 6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	5	6
予定		入園式	完全給食 普通保育開始(進級園児)			
未満児主食	今月の目標		ごはんはいりません	ごはん	ごはん	ごはんはいりません
昼食	新しいお部屋で 楽しく食べよう	・にくみそどんぶり ・はるさめスープ ・くだもの	・とりのてりやき ・あっさりポテトサラダ ・とうふのみそしる ・くだもの	・ハンバーグ ・ひじきのきんぴら ・しめじのみそしる ・くだもの	・コーンのごはん ・たまねぎのみそしる ・ぎゅうにゅう	
おやつ		むぎちゃ スティックパン	ぎゅうにゅう ふのラスク	ぎゅうにゅう クッキー		
日	8	9	10	11	12	13
予定	普通保育開始(新入園児)		完全給食 全体集会	ジャガイモの種まき	交通安全全体集会	おにぎりの日🍙
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはんはいりません	ごはん	ごはん	おにぎり、飲み物を持ってきてください。
昼食	・とうふグラタン ・さつまいものあまに ・だいこんのみそしる ・くだもの	・さけのあけほのやき ・きんぴらごぼう ・なまあげのみそしる ・くだもの	・コッパン ・はるやさいのシチュー ・ツナサラダ ・くだもの	・にくだんごあんかけ ・ばんざんすう ・なめこじる ・ゼリー	・カレー ・ヨーグルトサラダ ・むぎちゃ	
おやつ	ぎゅうにゅう ビスコ	のむヨーグルト こめのおこのみやき	むぎちゃ ゆかりごはん	ぎゅうにゅう パイ	やさしいジュース あずきむしパン	
日	15	16	17	18	19	20
予定	避難訓練準備指導		完全給食 誕生児参観	こいのぼりをあげる		
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはんはいりません	ごはん	ごはん	ごはんはいりません
昼食	・むしぎょうざ ・いためナムル ・わかめスープ ・くだもの	・しろみざかなの トマトソースかけ ・だいこんのさつぱりに ・さつまいのみそしる ・くだもの	・タコライス ・コンソメスープ ・くだもの	・おこのみやきハンバーグ ・きりほしだいこんの にも ・えのきのみそしる ・くだもの	・こうやとうふのにも ・ひじきのサラダ ・もやしのみそしる ・くだもの	・ツナのだきこみごはん ・ふのみそしる ・ぎゅうにゅう
おやつ	むぎちゃ もちもちかぼちゃ	ぎゅうにゅう きなこクッキー	むぎちゃ シュークリーム	ぎゅうにゅう ふかしいも	ヨーグルト せんべい	
日	22	23	24	25	26	27
予定			完全給食		父母の役員会	おにぎりの日🍙
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはんはいりません	ごはん	ごはん	おにぎり、飲み物を持ってきてください。
昼食	・いりとうふ ・さつまいものサラダ ・キャベツのみそしる ・くだもの	・しろみざかなのフライ ・こぎつねサラダ ・わかめのみそしる ・ゼリー	・ちゅうかはん ・ごもくスープ ・くだもの	・ふたにくのすきやき ・さつまじる ・くだもの	・なまあげとふたにくの みそいため ・かぼちゃサラダ ・だいこんのすましじる ・くだもの	
おやつ	ぎゅうにゅう マカロニあべかわ	のむヨーグルト せんべい	むぎちゃ フルーツきんとん	ぎゅうにゅう いちごジャムサンド	ヨーグルト ウエハース	
日	29	30	ご入園、ご進級おめでとうございます。今日から新学期が始まりました。 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。相談などありましたら、お声がけください。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。			
予定						
未満児主食	ごはん	ごはん				
昼食		・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				
おやつ		ぎゅうにゅう スイートポテト				

※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、テコポン、いちごなどの予定です。

お知らせ

- 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、おしほりを持ってきてください。
(お弁当箱・お箸・おしほり・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。都合により登園した際には様子をお知らせください。その日の献立によっては対応しかねることがあります。

今月の平均熱量をお知らせします。

		エネルギー	塩分
以上児	目標値	440kcal	1.6g
	予定値	430	1.6
未満児	目標値	500	1.5
	予定値	516	1.3

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。

