



# 4 月 給 食 献 立 予 定 表

R 8. 4. 1

大曲こども園

日 曜	献 立 名	未満児主食	お や つ
1 水	じゃが芋のそぼろ煮、和風サラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
2 木	ロールパン、鶏肉のレモン煮、春雨スープ、チーズ	パン	牛乳、お菓子
3 金	プルコギ炒め、おぼろ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
6 月	五目ひじき煮、中華サラダ、果物	ごはん	★メープルマフィン
7 火	マーボー豆腐、三色ナムル、果物	ごはん	牛乳、お菓子
8 水	鶏肉の照り焼き、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
9 木	カレーライス、コールスロー、ヨーグルト	ごはん	牛乳、お菓子
10 金	魚の野菜あんかけ、具だくさん汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
13 月	豚汁、青菜のソテー、果物	ごはん	牛乳、クリームパン
14 火	豆腐のチャンプルー、ビーフン汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
15 水	焼き魚、人参しりしり、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、昆布、お菓子
16 木	♥クワツァン、鶏肉のプレザー、カラフルソテー、マゼン・アンスー・プ、デザート	クワツァン	牛乳、ケーキ
17 金	厚揚げの五目煮、ゆかりあえ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
20 月	豆乳スープ、スパゲティソテー、果物	ごはん	★ミニウインナーパン
21 火	うどん汁、野菜炒め、果物	うどん	ジョア、お菓子
22 水	肉じゃが、磯あえ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
23 木	人参ごはん、魚のマヨネーズ焼き、みそ汁、果物	ごはん	みかんゼリー
24 金	ひじき入りつくね、レモン和え、果物	ごはん	牛乳、お菓子
27 月	ツナとじゃが芋のコーンマヨ焼き、野菜スープ、果物	ごはん	牛乳、小魚
28 火	ポークケチャップ、ごまドレサラダ、果物	ごはん	★カルピスポンチ
30 木	醤油ラーメン、ヨーグルト	ラーメン	牛乳、お菓子

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	カルシウム mg	塩 分 g
おかずのみ (目標)	342(328)	14.8(15.8)	13.3(14.8)	271(282)	1.2(1.2)
おかず+ごはん (目標) 目安のごはん量110g	513(500)	17.4(18.0)	13.7(15.0)	274(285)	1.2(1.2)

※そば、魚卵、ナッツ類、落花生 (ピーナッツ)、カニは給食で提供しません。



# 4月0歳児給食献立予定表

R8. 4. 1

大曲こども園

日	曜	離乳中期	離乳後期
1	水	おかゆ、しらすと野菜煮、じゃが芋マッシュ	おかゆ、しらすと野菜煮、じゃが芋マッシュ
2	木	パンがゆ、高野豆腐煮、人参煮	パンがゆ、高野豆腐煮、人参煮
3	金	おかゆ、つぶし豆腐、野菜スープ煮	おかゆ、つぶし豆腐、野菜スープ煮
6	月	おかゆ、麩と野菜煮、人参マッシュ	おかゆ、麩と野菜煮、人参マッシュ
7	火	おかゆ、豆腐と青菜煮、玉ねぎと人参煮	おかゆ、豆腐と青菜煮、玉ねぎと人参煮
8	水	おかゆ、鶏肉と野菜煮、野菜のマッシュ	おかゆ、鶏肉と野菜煮、野菜のマッシュ
9	木	おかゆ、麩と野菜煮、じゃが芋マッシュ	おかゆ、麩と野菜煮、じゃが芋マッシュ
10	金	おかゆ、魚と野菜煮、青菜のやわらか煮	おかゆ、魚と野菜煮、青菜のやわらか煮
13	月	おかゆ、豆腐と野菜煮、煮びたし	おかゆ、豆腐と野菜煮、煮びたし
14	火	おかゆ、高野豆腐煮、野菜スープ煮	おかゆ、高野豆腐煮、野菜スープ煮
15	水	おかゆ、麩と野菜煮、人参マッシュ	おかゆ、麩と野菜煮、人参マッシュ
16	木	パンがゆ、鶏肉と野菜煮、野菜スープ煮	パンがゆ、鶏肉と野菜煮、野菜スープ煮
17	金	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、根菜煮	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、根菜煮
20	月	おかゆ、麩と野菜煮、人参と玉ねぎ煮	おかゆ、麩と野菜煮、人参と玉ねぎ煮
21	火	煮込みうどん、野菜スープ煮	煮込みうどん、野菜スープ煮
22	水	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、玉ねぎと人参煮	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、玉ねぎと人参煮
23	木	おかゆ、魚と野菜煮、野菜スープ煮	おかゆ、魚と野菜煮、野菜スープ煮
24	金	おかゆ、麩と野菜煮、野菜のやわらか煮	おかゆ、麩と野菜煮、野菜のやわらか煮
27	月	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、じゃが芋マッシュ	おかゆ、高野豆腐と野菜煮、じゃが芋マッシュ
28	火	おかゆ、麩と野菜煮、野菜スープ煮	おかゆ、麩と野菜煮、野菜スープ煮
30	金	煮込みうどん、かぼちゃ煮	煮込みうどん、かぼちゃ煮

## ご入園おめでとうございます

離乳食は赤ちゃんにとって、必ず通らなければならない大切な過程です。こども園では赤ちゃんの発育状態、健康状態、個人差などを考慮して離乳食を進めています。ご家庭での様子などをお聞かせいただきながら、進めていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

☆こども園の給食では、離乳食の間は果物は出ません。





# 給食だより



大曲こども園

## ご入園、ご進級おめでとうございます

子どもたちは、これから出会う友達や園での新たな生活にわくわく、ドキドキしていることでしょう。乳幼児期は一生使う体づくりの土台となる大切な時期です。ご家庭と連携して取り組んでいきますので、ご協力をお願いします。

こども園のお友達と一緒に食べる楽しみや味覚を育てていきましょう。

## ○こども園給食について

子どもたちの発育・発達を考慮し、『安全安心で、おいしく、必要な栄養が補給できる』ように提供しています。手作りや薄味を基本として、素材の味を生かし、おやつを含め1日に必要な栄養のうち40～50%をとれるよう、計画的に献立作成をしています。個人差がある各年代の発達に見合った食材や大きさ・軟らかさ・味付けに配慮した調理を心がけています。

また、国のガイドラインに沿った衛生管理やアレルギー対応も行っています。

給食の内容		
	1～2歳児（離乳食期除く）	3～5歳児
午前のおやつ	・主に牛乳（100cc）と米菓	
昼食	・主食 ・副食	・副食（主食は家庭から持参）
午後のおやつ	・主に牛乳（100cc）と米菓	・主に牛乳（200cc）と米菓
	*手づくりおやつ（月1回程度）、その他市販の菓子や飲むヨーグルトなど	

■ 0歳児：月齢に合わせた離乳食とミルクの提供。

\*おやつを提供はありませんが、離乳完了期では状況により提供する場合があります。

ご家庭からご持参いただく  
3～5歳児のごはんの目安量  
1食あたりのご飯の目安量は、  
**100～120g**です。  
個人差がありますが、お子さんの毎日の様子を確認しながら調整していきましょう。

生活リズムについて  
食事をしっかり食べるためには、早起き・早寝の生活リズムが大切です。  
ご家庭でも、お子さんの成長に必要な栄養がとれるように、習慣を整えていきましょう。



給食室より

給食調理員の丸山、白石、高橋、大澤です。  
よろしくお願いいたします。