

4月の給食だより

認定こども園 札幌大谷幼稚園

令和7年4月1日

1号認定のお子様は、★印のついている日が給食の日です。

| 月/日 (曜日) | 献立名 | 食品名 |
|------------|--|--|
| 4月 1日 (火) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆オレンジ ・午後おやつ ☆牛乳 ☆オレンジミルクケーキ | 牛乳 オレンジ 牛乳 薄力粉・ベーキングパウダー・フォローアップミルク・卵・砂糖・オレンジジュース・マーマレード・バター |
| 4月 15日 (火) | ☆ごはん ☆油揚げとほうれん草の味噌汁 ☆カレイの味噌焼き ☆ブロッコリーごま和え ☆バナナ ☆牛乳 | 米 油揚げ・ほうれん草・味噌・煮干し カレイ・味噌・醤油・砂糖・酒・生姜 ブロッコリー・すりごま・醤油 バナナ 牛乳 |
| 4月 2日 (水) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆りんご (完了食・バナナ) ・午後おやつ ☆牛乳 ☆せんべい | 牛乳 りんご・バナナ 牛乳 せんべい |
| 4月 16日 (水) | ☆ごはん ☆さつま芋と玉葱の味噌汁 ☆鶏肉のから揚げ ☆小松菜コーン和え ☆パイナップル ☆牛乳 | 米 さつま芋・玉葱・味噌・煮干し 鶏もも肉・生姜・醤油・酒・片栗粉・油 小松菜・ホールコーン・醤油 パイナップル 牛乳 |
| 4月 3日 (木) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆バナナ ・午後おやつ ☆麦茶 ☆鉄強化チーズ ☆ビスケット | 牛乳 バナナ 麦茶 鉄強化チーズ ビスケット |
| 4月 17日 (木) | ☆ふりかけごはん ☆切干大根とわかめの味噌汁 ☆すき焼き風煮 ☆きゅうりの中華和え ☆はっさく ☆牛乳 | 米・ふりかけ 切干大根・わかめ・味噌・煮干し 豚ロース肉・焼き豆腐・しらたき・白菜・玉葱・人参・油・砂糖・みりん・醤油 きゅうり・醤油・ごま油 はっさく 牛乳 |
| 4月 4日 (金) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆オレンジ ・午後おやつ ☆牛乳 ☆ごまドーナツ | 牛乳 オレンジ 牛乳 薄力粉・ベーキングパウダー・フォローアップミルク・卵・砂糖・いりごま・油 |
| 4月 18日 (金) | ☆ごはん ☆豆腐と玉葱の味噌汁 ☆鶏肉のチーズ焼き ☆人参甘煮 ☆パイナップル ☆牛乳 | 米 豆腐・玉葱・味噌・煮干し 鶏もも肉・塩・米粉・粉チーズ・油 人参・砂糖・塩 パイナップル 牛乳 |
| 4月 5日 (土) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆りんご (完了食・オレンジ) ・午後おやつ ☆牛乳 ☆せんべい | 牛乳 りんご・オレンジ 牛乳 せんべい |
| 4月 19日 (土) | ☆味噌うどん ☆白菜のり和え ☆バナナ ☆牛乳 | うどん・鶏もも肉・玉葱・人参・ほうれん草・味噌・かつお節・昆布 白菜・のり・醤油 バナナ 牛乳 |

| 月/日 (曜日) | 献立名 | 食品名 |
|-------------------------|--|--|
| 4月 7日 (月) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆バナナ ・午後おやつ ☆牛乳 ☆ラスク | 牛乳 バナナ 牛乳 食パン・バター・砂糖 |
| ★4月 21日 (月) | ☆ごはん ☆玉葱とわかめのスープ (0~2歳児) ☆ポークカレー ☆キャベツとコーンのサラダ ☆パイ缶 ☆牛乳 | 米 玉葱・わかめ・醤油・塩・昆布 豚ももスライス・じゃが芋・玉葱・人参・にんにく・生姜・油・醤油・カレー粉・福神漬 キャベツ・きゅうり・ホールコーン・油・酢・醤油・砂糖 パイ缶 牛乳 |
| 4月 8日 (火) 1学期始業式 | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆りんご (完了食・オレンジ) ・午後おやつ ☆牛乳 ☆クラッカー | 牛乳 りんご・オレンジ 牛乳 クラッカー |
| ★4月 22日 (火) 👑誕生会 | ☆ごはん ☆じゃが芋とキャベツの味噌汁 ☆ハンバーグ ☆ブロッコリーツナ和え ☆バナナ (8日)・ぶどうゼリー (22日) ☆牛乳 | 米 じゃが芋・キャベツ・味噌・煮干し 豚ももひき肉・塩・玉葱・油・パン粉・ケチャップ・中濃ソース ブロッコリー・ツナフレーク・醤油 バナナ・ぶどうゼリー 牛乳 |
| 4月 9日 (水) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆オレンジ ・午後おやつ ☆ヨーグルト ☆鉄強化菓子 | 牛乳 オレンジ ヨーグルト 鉄強化菓子 |
| 4月 23日 (水) | ☆ロールパン ☆米粉のコーンポタージュ ☆ほっけのムニエル風 ☆ほうれん草しめじ和え ☆りんご (完了食・バナナ) ☆牛乳 | ロールパン クリームコーン・玉葱・油・米粉・牛乳・豆乳・塩・パセリ・バター・ポタージュの素 ほっけ・塩・米粉・油 ほうれん草・しめじ・醤油 りんご・バナナ 牛乳 |
| 4月 10日 (木) 第101回 入園式 | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆バナナ ・午後おやつ ☆牛乳 ☆ごはんの味噌おやき | 牛乳 バナナ 牛乳 米・味噌・小松菜・しらす干し・かつお節・油 |
| ★4月 24日 (木) | ☆かしわうどん ☆青のりポテト ☆オレンジ ☆牛乳 | うどん・鶏もも肉・人参・玉葱・ほうれん草・長葱・干椎茸・醤油・みりん・砂糖・酒・かつお節・昆布 じゃが芋・塩・青のり オレンジ 牛乳 |
| 4月 11日 (金) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆りんご (完了食・オレンジ) ・午後おやつ ☆牛乳 ☆メロンパン | 牛乳 りんご・オレンジ 牛乳 メロンパン |
| ★4月 25日 (金) | ☆わかめごはん ☆小松菜と麩の味噌汁 ☆さばの味噌煮 ☆大根の炒め煮 ☆パイ ☆牛乳 | 米・わかめ・塩 小松菜・麩・味噌・煮干し さば・味噌・醤油・砂糖・酒・生姜 大根・人参・油揚げ・油・醤油・みりん・酒・砂糖 パイ 牛乳 |

| 月/日 (曜日) | 献立名 | 食品名 |
|-------------|--|--|
| 4月 12日 (土) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆バナナ | 牛乳 バナナ |
| 4月 26日 (土) | ・午後おやつ ☆牛乳 ☆ビスケット | 牛乳 ビスケット |
| | ☆醤油ラーメン ☆さつまいろグラッセ風 ☆りんご (完了食・オレンジ) ☆牛乳 | 中華めん・豚ももスライス・玉葱・もやし・人参・油・長葱・醤油・塩・鶏ガラ・豚骨・長葱・にんにく・生姜・昆布 さつまいろ・油・砂糖・塩 りんご・オレンジ 牛乳 |
| 4月 14日 (月) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆バナナ | 牛乳 バナナ |
| ★4月 28日 (月) | ・午後おやつ ☆牛乳 ☆米粉のチーズマドレーヌ | 牛乳 米粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・バター・牛乳・粉チーズ |
| | ☆ごはん ☆小松菜と人参の味噌汁 ☆豚肉の香味焼き ☆キャベツ納豆和え ☆りんご (完了食・オレンジ) ☆牛乳 | 米 小松菜・人参・味噌・煮干し 豚肩ロース肉・にんにく・長葱・醤油・みりん・酒・ごま油 キャベツ・納豆・醤油 りんご・オレンジ 牛乳 |
| 4月 30日 (水) | ・午前おやつ ☆牛乳 ☆りんご (完了食・オレンジ) | 牛乳 りんご・オレンジ |
| | ・午後おやつ ☆牛乳 ☆せんべい | 牛乳 せんべい |
| | ☆ごはん ☆じゃが芋と玉葱の豆乳味噌汁 ☆鶏肉のカレー焼き ☆大根ツナサラダ ☆パン缶 ☆牛乳 | 米 じゃが芋・玉葱・無調整豆乳・味噌・煮干し 鶏もも肉・塩・米粉・カレー粉・油 大根・ツナフレーク・きゅうり・油・酢・醤油・砂糖・塩 パン缶 牛乳 |

*午前のおやつは、いちご組、さくらんぼ組が対象です。

*年少、年中、年長のお子さまは昼食で牛乳、午後のおやつで麦茶を飲みます。昼食のメニューが麦茶の時は、午後のおやつで牛乳を飲みます。

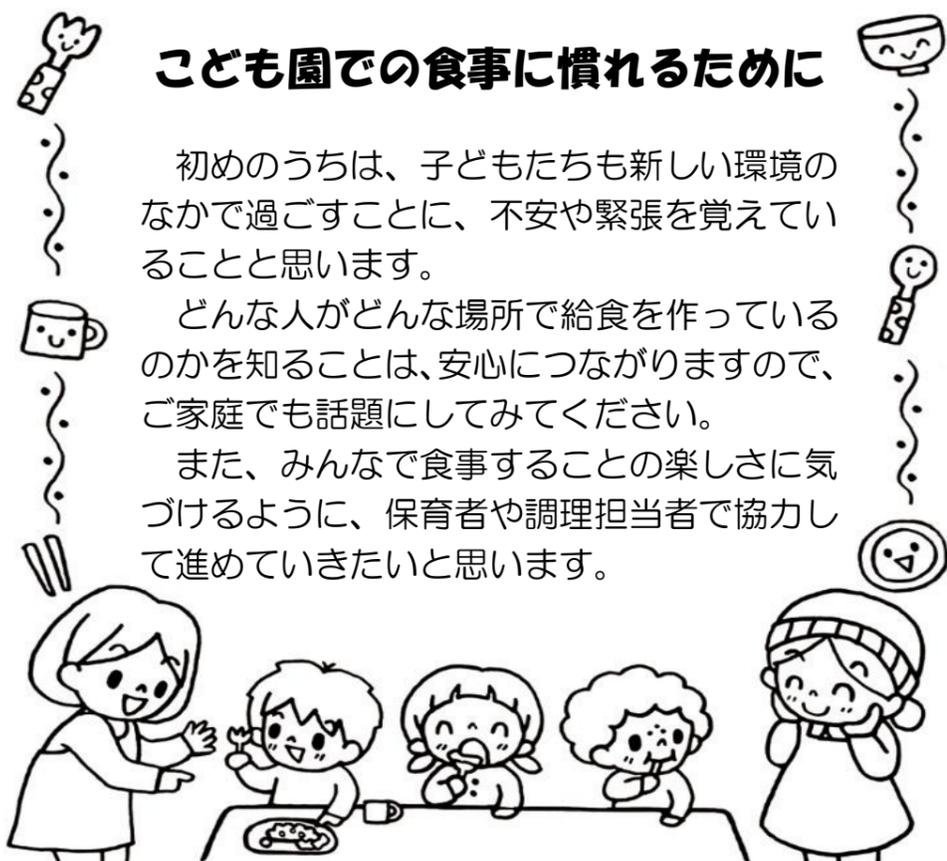
*みんなの玄関に「きょうのきゅうしょく」を展示しております。ぜひご覧ください。

こども園での食事に慣れるために

初めのうちは、子どもたちも新しい環境のなかで過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思います。

どんな人がどんな場所で給食を作っているのかを知ることは、安心につながりますので、ご家庭でも話題にしてみてください。

また、みんなで食事することの楽しさに気づけるように、保育者や調理担当者と協力して進めていきたいと思っています。



食事の前に手洗いの習慣を

食事の手洗いは、手をきれいにしてから食べるという準備でもあり、子どもが「これからごはんを食べる」ということを覚えていく合図でもあります。

園では保育者が声かけをしながらおこなっていますが、おうちでも習慣にできるといいですね。



食のウォッチング

給食について

本園の給食の献立内容は、2週間サイクルが基本となっています。これは、幼児期の子どもには、食べ慣れない献立や見慣れない食材を食べ進められない様子が多く見られることから、徐々に食べ慣れ、親しんでいくことでおいしさを知り、食べることができる食材や料理を少しずつ増やせるようにと考慮しているからです。

新しく入園されたお子さんは、なかなか給食を食べ進められないこともあるかもしれませんが、園の生活に慣れ、身近な友達と一緒に食事をするすることで、だんだんと食べられるようになっていきますので、ゆっくり見守ってあげましょう。

☆1～2歳児

成長や日々消費するエネルギーの補充など、体が小さい割には多くの栄養素を必要としますが、まだまだ胃も小さく、噛んで食べる力も十分でないことから、一度にたくさん食べることができません。午前のおやつ・昼食・午後のおやつに3回に分けて提供します。

☆3～5歳児

噛む力がついて、自分で上手に食べられるようになりますが、まだまだ体は小さく、大人とは違って一度にたくさん食べることができません。昼食と午後おやつに2回に分けて提供します。

給食室スタッフの紹介

4月からの給食室のメンバーです。安全でおいしい給食を提供できるよう、精一杯努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



たまだ のぞみ
玉田 望美
なかむら さなえ
中村 早苗
さくらば なおみ
櫻庭 直美

ささき さとみ
佐々木 智美
うえだ ありさ
上田 亜里彩
むらかみ ますみ
村上 真純



道具を覚えよう！

子どもと料理の基本を学ぶときは、食材にさわったり、火を使ったりする前に、まずは道具を覚えることから始めてみましょう。

包丁やまな板、鍋、フライパンなどよく使うもののほか、ザル、ボウル、計量カップ、軽量スプーン、菜ばし、フライ返しなど、その名前や用途を子どもと一緒に確認していきます。

「これは、どんなときに使うのかな？」と声かけをしたり、実際に手に持ってみたりして、道具にふれてみましょう。