

# 4月食事だより

社会福祉法人 大和善隣館

幼保連携型認定こども園 月津こども園 R7.4.1

ご入園、ご進級おめでとうございます。暖かな日差しと共に新しいクラスでの1年がスタートしました。

月津こども園では子どもたちと一緒に楽しい食事時間になるよう様々な食育活動や体験を行っていききたいと思います。

1年間よろしくお祈りします

## ♪月津こども園の食事は…♪

毎日出来立てを心がけています

適時・適温・食事時間に合わせて調理しています

新鮮な旬の食材を意識しています

地元の食材を使用するよう心がけています

旬の食材はおいしいだけではなく栄養も豊富です

子どもの発達を考えて調理を心がけています

消化吸収・咀嚼機能を考慮して調理しています

特に離乳食～完了食・半々食～幼児食

を保護者の方と連携をとりながら進め

ていきます

★ 1年を通して旬の食材・食文化・行事食など様々な「食」に触れあいながら子どもたちと楽しい食活動を行っていききたいと思います

※レシピや食育活動の様子は玄関やホームページに掲載していきますのでぜひみてください！

### ★月津こども園栄養目標量★

年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1～2歳児	500kcal	12.0～25.0g	11.0～16.0g	1.5未滿
3～5歳児	600kcal	15.0～30.0g	13.0～20.0g	1.6未滿
4月平均栄養量				
1～2歳児	500kcal	20.2g	14.4g	1.4g
3～5歳児	528kcal	22.3g	15.6g	1.7g

# 4月のこんだて

日	曜	AM おやつ (未満児)	献立名	PM おやつ (以上児)	PM おやつ (0.1 満児)	離乳食名
1	火	牛乳 バナナ	ひじき入り肉じゃが オレンジ ほうれん草のごまえ ☆	ミルク せんべい		ひじき肉じゃが 味噌汁 ほうれん草の旨煮
2	水	ヨーグルトあえ	豚肉と大根の煮物 ドレッシングサラダ トマト ☆	ミルク ビスケット		大根のそぼろ煮 きゅうりあん すまし汁
3	木	お茶 ポーロ	カレーライス 和風サラダ バナナ ☆	お茶 きなこトースト		じゃが芋の旨煮 そぼろ煮 味噌汁
4	金	牛乳 オレンジ	大麦入りチキンナゲット コーンサラダ ポテトスープ ☆	ミルク クラッカー		ポテトスープ きゅうりの旨煮 野菜のそぼろあん
5	土	お迎えの会				
7	月	牛乳 オレンジ	鶏肉のソテー ひじきサラダ チンゲン菜のスープ ☆	ミルク せんべい		ひじき煮 そぼろ煮 チンゲン菜のスープ
8	火	フルーツポンチ	江戸っ子煮 バンサンスー バナナ ☆	お茶 ミッシュケ		肉じゃが 野菜スティック すまし汁
9	水	牛乳 ポーロ	キャベツのクリーム煮 ボイルウインナー 水菜の梅ドレッシングあえ ☆	ミルク ビスケット		キャベツの旨煮 そぼろ煮 味噌汁
10	木	ヨーグルトあえ	魚フライタルタルソース 塩もみ 豆腐スープ ☆	お茶 チーズ蒸しパン		煮魚 野菜あん 豆腐スープ
11	金	牛乳 せんべい	煮込みハンバーグ コーンスープ ブロッコリーのごまマヨネーズあえ ☆	ミルク クラッカー		ブロッコリーの旨煮 そぼろ煮 すまし汁
12	土	お茶 せんべい	チキンライス わかめスープ	お茶 せんべい		野菜雑炊 マッシュポテト
14	月	牛乳 バナナ	魚の南蛮漬け ポテトサラダ 味噌汁 ☆	ミルク ビスケット		魚のおろし煮 じゃが芋の旨煮 味噌汁
15	火	お茶 せんべい	鶏肉のマーマレード煮 スパサラダ オニオンスープ ☆	ミルク クラッカー		きゅうりの旨煮 そぼろ煮 オニオンスープ
16	水	ヨーグルトあえ	ポークビーンズ 春雨サラダ オレンジ ☆	お茶 マドレーヌ		そぼろ煮 野菜スティック すまし汁
17	木	牛乳 オレンジ	チキンカツ コールスローサラダ 味噌汁 ☆	ミルク せんべい		キャベツの旨煮 そぼろ煮 味噌汁
18	金	ジョア	☆春ランチ☆	いちごゼリー		煮魚 野菜あん すまし汁
19	土	お茶 せんべい	スパゲティイタリアン チーズ	お茶 せんべい		野菜雑炊 マッシュポテト
21	月	牛乳 ポーロ	タンドリーチキン マカロニサラダ ココロスープ ☆	ミルク ビスケット		大根のそぼろ煮 すまし汁 野菜スティック
22	火	ヨーグルトあえ	ホイコーロー ひじきナムル コーンかきたまスープ ☆	お茶 じゃがバター		キャベツのそぼろ煮 ひじき煮 味噌汁
23	水	ジョア	魚の立田揚げ 納豆あえ 味噌汁 ☆	ミルク クラッカー		魚のおろし煮 野菜の旨煮 味噌汁
24	木	お茶 せんべい	たけのこの含め煮 鶏肉の味噌マヨ焼き キャベツのごま味噌あえ ☆	プリン		そぼろ煮 キャベツの旨煮 すまし汁
25	金	牛乳 オレンジ	豚肉と大豆の磯煮 ごま酢あえ バナナ ☆	ミルク せんべい		きゅうりあん そぼろ煮 味噌汁
26	土	お茶 せんべい	チャーハン コーンスープ	お茶 せんべい		味噌雑炊 野菜スティック
28	月	ヨーグルトあえ	マーボー豆腐 シューマイ 春雨のごま酢あえ	ミルク せんべい		マーボー豆腐 きゅうりあん すまし汁
30	水	牛乳 バナナ	豚肉のケチャップ炒め さつまいもサラダ かきたまスープ ☆	ミルク クラッカー		さつまいもの旨煮 そぼろ煮 味噌汁

未満児の主食 ごはん・・・☆ 青字は手作りおやつです♪