

| 日曜日                          | 献立名                               | ざいりょう                         |                                  |                                      |   | その他        | どんぐりおやつ                         |
|------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|---|------------|---------------------------------|
|                              |                                   | 赤◇ 血や肉になるもの<br>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類 | 緑◇ からだの調子を整えるもの<br>野菜類・藻類・くだもの類  | 黄◇ カや体温となるもの<br>穀類・油脂類・砂糖類・いも類       |   |            |                                 |
| 8 水                          | 入園式・進級式                           |                               |                                  |                                      |   |            |                                 |
| 4/13から飲み物があります。コップを持参してください。 |                                   |                               |                                  |                                      |   |            |                                 |
| 9 木                          | 午前保育                              |                               |                                  |                                      |   |            | 菜飯おにぎり<br>お茶                    |
| 10 金                         | 午前保育                              |                               |                                  |                                      |   |            | ぼたぼた焼き・ラムネ<br>りんごジュース           |
| 13 月                         | ハッピーターン<br>ラムネ<br>オレンジジュース        |                               |                                  | ハッピーターン<br>ラムネ                       |   | オレンジジュース   | 人参ケーキ<br>お茶                     |
| 14 火                         | 豆乳おからドーナツ<br>お茶                   | おから、豆乳                        |                                  | 砂糖、サラダ油                              |   | ホットケーキミックス | ココナッツサブレ<br>ミニゼリー<br>オレンジジュース   |
| 15 水                         | 人参ご飯<br>ミートボール<br>バナナ             | ミートボール                        | 人参<br>玉ねぎ、人参、ピーマン<br>バナナ         | 精白米                                  | かつおだし、薄口醤油、料理酒                            |            | 中華ポテト<br>お茶                     |
| 16 木                         | ゆかりご飯<br>肉じゃがのカレー風味<br>キャンディチーズ   | 豚肉<br>キャンディチーズ                | 玉ねぎ、人参、グリーンピース                   | 精白米<br>じゃが芋、糸こんにゃく、砂糖                | ゆかり<br>かつおだし、薄口醤油、みりん、料理酒、カレー粉            |            | オールレーズン<br>ミニゼリー<br>カルピスウォーター   |
| 17 金                         | ハヤシライス<br>スマイルポテト<br>ラムネ          | 豚肉                            | 玉ねぎ、人参、トマト、グリーンピース               | 精白米、サラダ油<br>スマイルポテト、サラダ油<br>ラムネ      | ケチャップ、シチューミックスビーフ、食塩                      |            | バナナ蒸しパン<br>お茶                   |
| 20 月                         | わかめご飯<br>白身魚のフライ<br>ハムと春キャベツのサラダ  | 白身魚フライ<br>ハム                  | キャベツ、人参、胡瓜、コーン                   | 精白米<br>サラダ油                          | 炊き込みわかめ<br>とんかつソース<br>マヨネーズ、食塩            |            | おにぎりせんべい<br>りんごジュース             |
| 21 火                         | スバゲティミートソース<br>チキンナゲット<br>りんごジュース | 合挽ミンチ<br>チキンナゲット              | 玉ねぎ、人参、トマト、グリーンピース<br>青森りんご      | スバゲティ、オリーブ油、砂糖<br>サラダ油               | コンソメ、ケチャップ、食塩、ウスターソース                     |            | ラングドシャ<br>オレンジジュース              |
| 22 水                         | ツナピラフ<br>ハンバーグ<br>ブロッコリーのサラダ      | ツナ<br>ハンバーグ                   | 玉ねぎ、人参、ピーマン<br>ブロッコリー、人参         | サラダ油、精白米<br>砂糖                       | コンソメ、食塩<br>ケチャップ、ウスターソース<br>焙煎胡麻ドレッシング    |            | マカロニきな粉<br>お茶                   |
| 23 木                         | カレーライス<br>豆腐サラダ<br>オレンジ           | 豚肉<br>豆腐                      | 玉ねぎ、人参、にんにく<br>胡瓜、人参、コーン<br>オレンジ | じゃが芋、精白米、サラダ油                        | カレールー<br>青じそドレッシング                        |            | ジャムクラッカーサンド<br>カルピスウォーター        |
| 24 金                         | 創立記念日                             |                               |                                  |                                      |   |            |                                 |
| 27 月                         | のりたまふりかけご飯<br>味噌カツ<br>春雨サラダ       | 豚カツ、赤味噌<br>ハム                 | 胡瓜、人参                            | 精白米<br>砂糖<br>春雨                      | のりたまふりかけ<br>みりん、料理酒、かつおだし<br>和風胡麻醤油ドレッシング |            | ビスコ<br>ラムネ<br>りんごジュース           |
| 28 火                         | 醤油ラーメン<br>しゅうまい<br>青りんごゼリー        | 豚肉<br>しゅうまい                   | 玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、青ねぎ、にんにく         | 中華麺、ごま油、砂糖                           | 中華味、濃口醤油、みりん、食塩<br>青りんごゼリー                |            | カルシウムせんべい<br>マシュマロ<br>カルピスウォーター |
| 29 水                         | 昭和の日                              |                               |                                  |                                      |   |            |                                 |
| 30 木                         | ロールパン<br>ミートマカロニ<br>フルーツヨーグルト     | 豚肉<br>ヨーグルト                   | 玉ねぎ、人参、トマト                       | ロールパン<br>マカロニ、オリーブ油、砂糖<br>トロピカルフルーツ缶 | ケチャップ、ウスターソース、食塩、カレー粉                     |            | アスハラバスケット<br>オレンジジュース           |

## ご進級、ご入園 おめでとうございます。

新年度がスタートしました。  
 新入園児さんを迎え、木の実幼稚園の一年がスタートします。新しい生活に、みんなドキドキワクワクしている事と思います。私ももちろん、今年も新たな一年を迎え、みんなが木の実幼稚園の給食を食べて、すくすく成長してくれると思うととても楽しみです。保護者の方とも近い距離で交流できる様、クッキングなどのイベントなども開催したいと考えています。また「食事」のことで質問や相談等ございましたら、お気軽に給食室に足を運んでください。今年度も、安全で安心なおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願い致します！

### 給食提供で大切にしていること

#### その1 安全で安心な給食

給食提供するうえで、まず大切なのが「衛生管理」。私たち、ハートスフードクリエイツ株式会社は衛生管理を徹底しています。手洗いうがいを基本に、食材の加熱温度の管理や、肉や野菜などの器具の使い分け、器具や食器の消毒など...3年前に新しくなった給食室で、最新の衛生管理のもと給食を提供しています。子どもたちの口に入るものだから、調理員1人1人が常に責任感をもって調理しています。

#### その2 栄養バランスの良い給食

年に2回、保健所への栄養管理報告書を提出しています。子どもたちの成長に見合った、栄養摂取量の目標を決め、日々の献立を作成しています。園のホームページにも毎月の栄養価をアップしますので、是非チェックしてみてくださいね。

#### その3 心も豊かになる給食

幼児期の食事は体の成長はもちろんですが、「心」を育てるものでもあると考えています。ただ栄養ばっちり、安全な給食でも、子どもたちの心は育ちません。みんなで食べる楽しい給食だからこそ子どもたちはたくさんのご飯を食べてくれることでしょう。旬の食材をたっぷり使ったメニューや行事食などで四季を感じたり、子どもたちが自分たちで育てた食材を給食でだったり、バイキング給食やクッキングなど...みんなが食

#### 旬の食材♪

玉ねぎ・じゃが芋・キャベツは新玉ねぎ、新じゃが、春キャベツを使用しています。



#### ご当地グルメで日本1周!

今月は愛知県の「味噌カツ」。豚カツに愛知県の名産である八丁味噌をつかった、甘辛い味噌だれをかけます。

# [ 月間栄養価一覧表 ]

2015年 4月

| 日        | 曜 | 献立名                           | エネルギー<br>kcal | たんぱく質<br>g | 脂質<br>g |
|----------|---|-------------------------------|---------------|------------|---------|
| 15       | 水 | 人参ごはん, ミートボール, バナナ            | 399           | 11.4       | 11.4    |
| 16       | 木 | ゆかりご飯, カレー風味肉じゃが, キャンディチーズ    | 390           | 13.8       | 10.3    |
| 17       | 金 | ハヤシライス, スマイルポテト, ラムネ          | 404           | 9.3        | 9.7     |
| 20       | 月 | わかめご飯, 白身魚フライ, ハムとキャベツのサラダ    | 367           | 13.1       | 7.5     |
| 21       | 火 | スパゲティミートソース, チキンナゲット, りんごジュース | 398           | 14.4       | 15.3    |
| 22       | 水 | ツナピラフ, ハンバーグ, ブロッコリーのサラダ      | 390           | 15.7       | 12.0    |
| 23       | 木 | カレーライス, 豆腐サラダ, オレンジ           | 403           | 10.4       | 10.0    |
| 27       | 月 | のりたまごはん, 味噌カツ, 春雨サラダ          | 405           | 12.9       | 10.3    |
| 28       | 火 | 醤油ラーメン, しゅうまい, 青りんごゼリー        | 410           | 16.2       | 7.0     |
| 30       | 木 | ロールパン, ミートマカロニ, ヨーグルトサラダ      | 393           | 13.7       | 9.8     |
| 期間内の合計   |   |                               | 3959          | 130.9      | 103.3   |
| 一日あたりの平均 |   |                               | 396           | 13.1       | 10.3    |