

4月 給食だより

木の実幼稚園

ご入園・ご進級おめでとうございます

新しい環境での生活が始まりました。緊張と不安でいっぱいだと思います。子供たちに給食が大好き、給食の時間が楽しいと思ってもらえるよう、給食室一同協力して頑張っていきますのでよろしくお願いいたします。



4月の献立について

年長・年中組さんは、主食・主菜・副菜・汁物を基本とした5品の献立になっています。

年少組さんは、まず給食に慣れてもらい、食べきれる量を考え、4月中汁物は控え、食べやすいおやつやジュースを代わりに用意しています。

5月からは、全学年同じ献立（年少組も汁物あり）となりますので、楽しみにしててくださいね♪多くの食材と出会い、より豊かで楽しい給食になります。

おいしい・たのしい給食

木の実幼稚園の給食では、飽きがこないように、和洋中のバラエティー豊富なメニューを心がけています。そして四季を感じてもらえるように、旬の食材を取り入れ、行事食も提供します。

また、給食を通して美味しいや楽しいはもちろん、「何で出来ているのかな?」「どうやって作るのかな?」など食べることに興味を持ってもらえるよう、野菜の皮むきを子ども達に手伝ってもらったり、給食室に調理前の食材の展示など、食育にも力を入れていきたいと思えます。新しい生活の中で給食の時間が楽しみになるよう、おいしい給食をお届けしていきます。

年少組 汁物の代わりにのおやつ

4/18(月)	あんぱんまん煎餅
4/19(火)	ぱりんこ
4/20(水)	ハッピーターン
4/21(木)	ラムネ
4/22(金)	バナナ(給食献立)
4/25(月)	あんぱんまん煎餅
4/26(火)	ぱりんこ
4/27(水)	ハッピーターン
4/28(木)	オレンジゼリー(給食献立)



ハーツフードクリエーツ

昨年に引き続き今年も給食を担当させていただきますハーツフードクリエーツ株式会社です。

ハーツでは、「ハート(心)」を「トス(渡す)」という社名のように、調理員一同、愛情たっぷりの給食を作っていきます。毎日の給食を運ぶ時、行事のときなど子供たちとの関わりを大切に、食育にも積極的に取り組み子供たちに食の大切さや楽しさを伝えていきたいと思っております。

「ハンバーグが食べたい!」、「今日の給食美味しかった。」などいっぱい話しかけてもらえると、私達も凄く嬉しいです。これからよろしくお願いします。

安全・安心な給食

給食を提供するうえで、大切なのが「衛生管理」です。手洗いを基本に、食材の検品・洗浄、器具の消毒・使い分け、仕上がりの温度の確認(細菌が死滅する90度、90秒以上の加熱)など、調理員1人1人が常に責任感をもって調理をしています。



ハーツフードクリエーツ株式会社
調理師 中村日夏



4月 献立表

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	1人分 - たんぱく質 脂質 食塩相当量	どんぐりおやつ	
8(金)	入園式							
11(月)	 進級式(預かり保育なし)							
12(火)	午前保育(預かり保育あり)							ぱりんこ ちょぼちょぼ カルピスジュース
13(水)	午前保育(預かり保育あり)							雪の宿 オレンジジュース
14(木)	午前保育(おやつ給食 あんぱんまん煎餅, ラムネ, オレンジジュース)(預かり保育あり)							ミレービスケット マシュマロ りんごジュース
15(金)	午前保育(おやつ給食 ハッピーターン, ラムネ, りんごジュース)(預かり保育あり)							ビスコ ラムネ カルピスジュース
18(月)	ご飯			精白米		393 kcal	ぼたぼた焼き オレンジジュース	
	ハンバーグ	ハンバーグ		てんさい糖	ケチャップ,ウスターソース	14.5 g		
	コーンソテー		コーン	サラダ油	パセリ,食塩	10.4 g		
	きゅうりとツナのサラダ	ツナ	胡瓜,にんじん	フレンチドレッシング		1.7 g		
	コンソメスープ		レタス,玉ねぎ,しめじ		パセリ,コンソメ,食塩			
19(火)	ご飯			精白米		477 kcal	ハーベスト マシュマロ りんごジュース	
	鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き	鶏肉		じゃが芋	にんにく,ケチャップ,ウスターソース,とんかつソース	20.7 g		
	れんごんのきんぴら	昆布,かつおぶし	れんごん,にんじん	ごんにゃく,てんさい糖,サラダ油	濃口醤油,みりん	16.5 g		
	マカロニカレー風味サラダ		胡瓜,にんじん	マカロニ,マヨネーズ	カレー粉,食塩	1.9 g		
	味噌汁	わかめ,味噌,昆布,かつおぶし	玉ねぎ	麩				
20(水)	ご飯			精白米		411 kcal	ムーンライト カルピスジュース	
	ポークチャップ	豚肉	玉ねぎ,ピーマン	てんさい糖,片栗粉	ケチャップ,ウスターソース,料理酒	19.5 g		
	さつま芋のきなこがけ	きな粉		さつま芋,てんさい糖		7.4 g		
	豆腐サラダ	豆腐	枝豆,にんじん		焙煎胡麻ドレッシング	2.0 g		
	すまし汁	薄揚げ,昆布,かつおぶし	白菜,青ねぎ		淡口醤油,みりん,食塩			
21(木)	ご飯			精白米		241 kcal	あんぱんまんせんべい ちょぼちょぼ オレンジジュース	
	鮭の照り焼き	鮭		てんさい糖,片栗粉	濃口醤油,みりん,料理酒	16.4 g		
	フライドポテト			フレンチポテト,サラダ油	食塩	8.0 g		
	ブロッコリーサラダ		ブロッコリー,にんじん		和風ドレッシング(ごま醤油)	1.8 g		
	けんちん汁	豆腐,昆布,かつおぶし	玉ねぎ,にんじん,ごぼう,青ねぎ		淡口醤油,みりん,食塩			
22(金)	カレーライス	豚肉	玉ねぎ,にんじん	精白米,じゃが芋,サラダ油	にんにく,カレールウ	432 kcal	シュガートースト お茶	
	いんげんとウィンナーのソテー	ウィンナー,いんげん	しめじ	サラダ油	食塩,こしょう,濃口醤油	13.2 g		
	春キャベツのサラダ	ツナ	キャベツ,にんじん,胡瓜	てんさい糖,サラダ油	米酢,淡口醤油	10.9 g		
	バナナ		バナナ			2.0 g		
	わかめご飯	炊き込みわかめ		精白米		413 kcal		
25(月)	しゅうまい	しゅうまい				16.4 g	ハッピーターン マシュマロ りんごジュース	
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏ひき肉,昆布,かつおぶし	南瓜	てんさい糖,片栗粉	濃口醤油,みりん,料理酒,生姜	10.8 g		
	コーンとアスパラのサラダ		コーン,アスパラガス,にんじん,レモン	マヨネーズ	食塩	1.8 g		
	味噌汁	味噌,昆布,かつおぶし	玉ねぎ,ほうれん草	里芋				
	ご飯			精白米		372 kcal		
26(火)	豚肉ときのこの味噌炒め	豚肉,赤味噌	玉ねぎ,しめじ,エリンギ,ピーマン	てんさい糖,サラダ油	みりん,濃口醤油,料理酒,中華味,生姜	18.9 g	ホームパイ カルピスジュース	
	卵焼き	卵焼き				7.1 g		
	大根サラダ	ツナ	大根,にんじん		青じそドレッシング	1.8 g		
	ビーフンスープ	昆布,かつおぶし	玉ねぎ,白菜,にら	ビーフン	淡口醤油,みりん,食塩			
	食パン			食パン		297 kcal		
27(水)	コロッケ			コロッケ,サラダ油	とんかつソース	8.3 g	人参おにぎり お茶	
	さつま芋サラダ		胡瓜,にんじん	さつま芋,マヨネーズ	食塩	13.4 g		
	コンソメスープ	ウィンナー	レタス,玉ねぎ,にんじん		コンソメ,食塩,パセリ	2.0 g		
	キャンディチーズ	キャンディチーズ						
	肉うどん	豚肉,薄揚げ,わかめ,昆布,かつおぶし	玉ねぎ,しめじ,青ねぎ	うどん,てんさい糖	淡口醤油,みりん,食塩	319 kcal		
28(木)	ちくわの磯辺揚げ	竹輪,青のり		薄力粉,片栗粉,サラダ油		16.3 g	こつぶっこ オレンジジュース	
	キャベツごま和え		キャベツ,にんじん,しめじ	てんさい糖,白ごま	濃口醤油	7.6 g		
	オレンジゼリー				オレンジゼリー	1.6 g		
	昭和の日							



***スプーン・フォークマークについて**

給食で、スプーンやフォークが必要な献立の日(カレーライス、スパゲッティ等)には、献立表の日付の左側にこのマークをつけています。お忘れないようにご準備をお願いします。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
月間平均栄養価	373kcal	16.0g	10.2g	1.8g

[月間栄養価一覧表]

2022年 4月

予定献立

予定3~5歳

木の実幼稚園

日	曜	献立名	一人分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g		
18	月	ご飯、ハンバーグ、コーンソテー、きゅうりとツナのサラダ コンソメスープ	341.79	393	14.5	10.4	1.7		
19	火	ご飯、鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き、れんこんのきんぴら マカロニカレー風味サラダ、味噌汁	345.26	477	20.7	16.5	1.9		
20	水	ご飯、ポークチャップ、さつま芋のきなこがけ、豆腐サラダ、すまし汁	363.85	411	19.5	7.4	2.0		
21	木	ご飯、鮭の照り焼き、フライドポテト、ブロッコリーサラダ、けんちん汁	307.25	241	16.4	8.0	1.8		
22	金	カレーライス、いんげんとウインナーのソテー、春キャベツのサラダ バナナ	339.88	432	13.2	10.9	2.0		
25	月	わかめご飯、しゅうまい、かぼちゃのそぼろ煮、コーンとアスパラのサラダ 味噌汁	384.90	413	16.4	10.8	1.8		
26	火	ご飯、豚肉ときのこの味噌炒め、卵焼き、大根サラダ、ビーフンスープ	368.40	372	18.9	7.1	1.8		
27	水	食パン、コロケ、さつま芋サラダ、コンソメスープ、キャンディチーズ	293.75	297	8.3	13.4	2.0		
28	木	肉うどん、ちくわの磯辺揚げ、キャベツごま和え、オレンジゼリー	420.53	319	16.3	7.6	1.6		
期間内の合計			3165.61	3355	144.2	92.1	16.6		
動物性脂質比率 47.01 %			一日あたりの平均		351.73	373	16.0	10.2	1.8
			基準値		0.00	405	14.2	11.7	1.7
			充足率		0.0	92.1	112.7	87.2	105.9