



## 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。楽しみ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。

### ハートフードクリエーツ（株）

木の実幼稚園の給食を担当させていただいてます、ハートフードクリエーツ（株）です。

「はあとす」と呼んで頂ければ嬉しいです。

社名の「はあとす」は、「ハート(心)」を「トス(渡す)」という意味で、調理員一同、愛情たっぷりの給食を作っています。また、「安心・安全でおいしい給食」を日々心掛けて調理しています。



### ① おいしい・たのしい給食

木の実幼稚園の給食では、和食中心で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、給食を通しておいしいやたのしいはもちろん、何でできてるのかな？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、給食室前の食材の展示や味噌作り、食材の皮むきといった食育にも力を入れています。

### ②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。

### ③食材について

食材にもこだわっています。淡路島に自社農園があり玉ねぎを中心に、旬のお野菜も育てています。子どもたちが大好きなウインナーやベーコンは無添加のものを使っています。また、だしは毎日昆布とかつお節からとっています。だしの香りが園中に広がります。他にもこだわりの食材はたくさんありますので、給食だよりで紹介します♪

#### 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4品の献立になっています。

年少組さんは、給食に慣れてもらうため4月中は汁物を控え、食べやすいおやつを用意しています。

年少組さんは、5月から汁物が出てくるので、楽しみにしててくださいね♪

いただきます!



ハートフードクリエーツ株式会社

木の実幼稚園担当 管理栄養士 松川 奏夏

# 4月献立表



2023年

木の実効補償

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	たんぱく質 たんぱく質 脂質 食塩相当量	どんぐりおやつ
8 (土)	<b>入学式</b>						
10 (月)	<b>進級式</b>						
11 (火)	<b>午前保育</b>						ハッピーターンマシュマロ オレンジジュース
12 (水)	<b>午前保育</b>						おにぎり煎餅 カルピスジュース
13 (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)						ホームバイ りんごジュース
14 (金)	午前保育(おやつ給食：ハッピーターン,フルーツラムネ,りんごジュース)						リッツマシュマロ オレンジジュース
17 (月)	ご飯			精白米		334 kcal	ココナッツサブレ
	ハンバーグ	ハンバーグ		てんさい糖	クチャップ,ウスターソース	12.8 g	フルーツラムネ
	コーンソテー		コーン,ブロッコリー	サラダ油	食塩,こしょう	8.3 g	カルピスジュース
	コンソメスープ(長・中)		キャベツ,玉ねぎ,にんじん,しめじ		コンソメ,食塩	1.1 g	
	ぱりんこ(少)				ぱりんこ		
18 (火)	ご飯			精白米		409 kcal	雪の音
	鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き	鶏肉		じゃが芋,てんさい糖	クチャップ,ウスターソース,とんかつソース,にんにく	17.2 g	りんごジュース
	マカロニサラダ		胡瓜,にんじん	マカロニ,マヨネーズ	食塩	14.8 g	
	味噌汁(長・中)	薄揚げ,味噌,昆布,かつおぶし	小松菜			1.4 g	
	ラムネ(少)				ラムネ		
19 (水)	ご飯			精白米		339 kcal	聖たへよ
	ポークチャップ	豚肉	玉ねぎ,ピーマン,にんじん	てんさい糖,片栗粉,サラダ油	クチャップ,ウスターソース,料理酒	15.1 g	ちよぼちよぼ
	さつま芋のきなこがけ	きな粉		さつま芋,てんさい糖		6.1 g	オレンジジュース
	ずまし汁(長・中)	豆腐,わかめ,昆布,かつおぶし			淡口醤油,みりん,食塩	1.2 g	
	あんぱんまん煎餅(少)				あんぱんまん煎餅		
20 (木)	ゆかりご飯			精白米	ゆかり	325 kcal	マリービスケット
	鯉の照り焼き	鯉		てんさい糖,片栗粉	食塩,濃口醤油,みりん,料理酒	16.5 g	カルピスジュース
	キャベツとウィンナーのソテー	ウィンナー	キャベツ,玉ねぎ	サラダ油	食塩,こしょう	4.9 g	
	のっぺい汁(長・中)	薄揚げ,昆布,かつおぶし	大根,玉ねぎ,にんじん	里芋,片栗粉	淡口醤油,みりん,食塩	1.7 g	
	ハッピーターン(少)				ハッピーターン		
21 (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	531 kcal	りんごゼリー
	フライドポテト			フライドポテト,サラダ油	食塩	12.9 g	お茶
	ほうれん草のマヨサラダ	ツナ	ほうれん草,にんじん	マヨネーズ	食塩	19.0 g	
	バナナ		バナナ			2.3 g	
24 (月)	わかめご飯	炊き込みわかめ		精白米		313 kcal	蒸しパン
	白身魚フライ	白身魚フライ		サラダ油	とんかつソース	14.2 g	お茶
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏ひき肉,昆布,かつおぶし	南瓜,にんじん	てんさい糖,片栗粉	濃口醤油,みりん,料理酒,生姜	5.9 g	
	味噌汁(長・中)	味噌,昆布,かつおぶし	小松菜,玉ねぎ			1.7 g	
	ぱりんこ(少)				ぱりんこ		
25 (火)	ご飯			精白米		293 kcal	動物ビスケット
	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	13.5 g	オレンジジュース
	大根サラダ	ツナ	大根,にんじん		青じそドレッシング	4.2 g	
	ビーフンスープ(長・中)	昆布,かつおぶし	白菜,にら,にんじん	ビーフン	淡口醤油,みりん,食塩	1.3 g	
	ラムネ(少)				ラムネ		
26 (水)	肉うどん	豚肉,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	255 kcal	ムーンライト
	いんげんとちくわのカレー炒め	竹輪,いんげん	もやし	サラダ油	カレー粉,濃口醤油,料理酒,みりん	12.0 g	りんごジュース
	春キャベツの和え物		キャベツ,にんじん	白ごま,てんさい糖	淡口醤油,米酢	3.9 g	
	オレンジゼリー				オレンジゼリー	1.8 g	
27 (木)	ご飯			精白米		388 kcal	ビスコ
	鰯の生焼き	鰯		てんさい糖	濃口醤油,みりん,料理酒,生姜	14.4 g	マシュマロ
	さつま芋の畑麻和え		にんじん	さつま芋,てんさい糖,白ごま	濃口醤油	12.7 g	カルピスジュース
	けんちん汁(長・中)	豆腐,昆布,かつおぶし	大根,にんじん,ごぼう,青ねぎ		淡口醤油,みりん,食塩	1.7 g	
	ハッピーターン(少)				ハッピーターン		
28 (金)	ロールパン			ロールパン		310 kcal	じゃこおかおにぎり
	チキンカツ	チキンカツ		サラダ油		10.3 g	お茶
	ポテトサラダ		胡瓜,にんじん	じゃが芋,マヨネーズ	食塩	14.9 g	
	ミルクコーンスープ(長・中)	牛乳	玉ねぎ,コーン		コンソメ,食塩,パセリ	1.3 g	
	あんぱんまん煎餅(少)				あんぱんまん煎餅		
29 (土)	<b>昭和の日</b>						

※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、スパゲッティなど)には、日付の左側にスプーンとフォークのマークをつけてあります。忘れ物のないようにご家庭での準備にご協力お願い致します。

※献立名の横に(長・中)と(少)の記載があるものは、年長と年中の給食、年少の給食に分かれています。( )の記載がない献立は共通です。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
月間平均栄養価	350kcal	13.9g	9.5g	1.6g

## [ 月間栄養価一覧表 ]

2023年 4月

予定献立

6: 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		
17	月	ご飯, ハンバーグ, コーンソテー, コンソメスープ	307.52	334	12.8	8.3	1.1		
18	火	ご飯, 鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き, マカロニサラダ, 味噌汁	305.93	409	17.2	14.8	1.4		
19	水	ご飯, ポークチャップ, さつまいものきなこがけ, すまし汁	313.00	339	15.1	6.1	1.2		
20	木	ゆかりご飯, 鮭の照り焼き, キャベツとウインナーのソテー, のっぺい汁	314.38	325	16.5	4.9	1.7		
21	金	カレーライス, フライドポテト, ほうれん草のマヨサラダ, パナナ	363.50	531	12.9	19.0	2.3		
24	月	わかめご飯, 白身魚フライ, かぼちゃのそぼろ煮, 味噌汁	331.01	313	14.2	5.9	1.7		
25	火	ご飯, 豚肉ときのこの味噌炒め, 大根サラダ, ビーフンスープ	318.07	293	13.5	4.2	1.3		
26	水	肉うどん, いんげんとちくわのカレー炒め, 春キャベツの和え物 オレンジゼリー	401.95	255	12.0	3.9	1.8		
27	木	ご飯, 鯖の生姜煮, さつまいもの胡麻和え, けんちん汁	321.20	388	14.4	12.7	1.7		
28	金	ロールパン, チキンカツ, ポテトサラダ, ミルクコーンスープ	289.53	310	10.3	14.9	1.3		
期間内の合計			3266.09	3497	138.9	94.7	15.5		
動物性脂質比率 49.74 %			一日あたりの平均		326.61	350	13.9	9.5	1.6
			基準値		0.00	380	14.3	10.6	1.0
			充足率		0.0	92.1	97.2	89.6	160.0