



給食だより 4月



2023年4月3日
日の出保育園

ご進級、ご入園おめでとうございます。ドキドキ、わくわくしながら迎えた4月。いよいよ新年度がスタートしました。日の出保育園では、旬の食材を使った食育活動や行事食、郷土料理食などを通じて、子どもが食に対して興味を持ち、食べることが楽しい！と感じられる給食を心掛けていきたいと思っております。今年度もよろしくお願い致します。

～給食室からのお知らせ～



～食物アレルギーについて～

アレルギー対応食で給食を提供しております。その際に、医師の診断に基づいた「生活管理指導表」が必要となりますので、提出をお願いしております。

～宗教上の理由により～

日の出保育園では、様々な宗教に対応すると同時に、みんなで同じ給食が食べられるように、肉類は鶏肉のみを使用しています。ご家庭では豚肉や牛肉など鶏肉以外も献立に混ぜて頂けると幸いです。

安心安全な給食が提供できるよう配慮していきますので、ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。



食事の約束

食事前に手を洗う、あいさつをして食べる、よく噛んでなんでも食べる、食事中はテレビを消す、食後は激しい運動をしないなど、食事をするときのお約束を決めておきましょう。家族みんなでその日の出来事を話しながら食べると、とても楽しいですね。



～今月の郷土料理～

かしわめし 福岡県

九州地方では鶏肉のことを「かしわ」と呼び、炊いたごはんに、かしわや野菜などの具材を煮詰めたものを混ぜたもちもちとした食感の郷土料理を「かしわめし」と呼びます。

古くから福岡県の各地域の家庭や食堂でつくられている定番の郷土の家庭料理であり、祭りや運動会等の行事、ハレの日など特別な日にも食されています。「かしわめし」は冷えても美味しく、おにぎりでも食べられます。

～4月 旬の食材～

野菜: 春キャベツ せり アスパラ 筍 レタス
グリーンピース さやえんどう 椎茸
果物: りんご いちご デコポン
魚: 鯖 鯖 かじき ぶり カレイ

☆たんじょうびメニュー☆

春の彩りごはん
豆腐ハンバーグ
春キャベツのコールスローサラダ
若竹汁
<おやつ>
フルーツサンド





令和5年 4月献立



日の出保育園

日付	曜日	乳児10時 用菓子	昼食	おやつ	食材	エネルギー
15	土	牛乳 乳児用菓子	五目チャーハン 味噌汁	牛乳 せんべい	精白米 鶏肉 ごぼう 人参 コーン 小松菜 わかめ 大根 玉ねぎ 塩 ごま油 中華だし 味噌 かつおだし こんぶだし	乳:323kcal 幼:389kcal
17	月	牛乳 乳児用菓子	あんかけ煮麺 ポテトサラダ オレンジ	牛乳 わかめごはん	冷麦 鶏肉 人参 大根 葱 もやし しめじ じゃがいも きゅうり コーン オレンジ 精白米 わかめ ごま 牛乳 醤油 かつおだし こんぶだし めんつゆ マヨドレ 塩 三温糖	乳:405kcal 幼:516kcal
18	火	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん カレイの煮付 菜の花のおかか和え おかひじきの味噌汁	牛乳 シュガー トースト	精白米 米粒麦 カレイ 菜の花 キャベツ 人参 かつお節 おかひじき 玉ねぎ 食パン 無塩バター 牛乳 醤油 かつおだし こんぶだし 味噌 片栗粉 三温糖 みりん	乳:366kcal 幼:488kcal
19	水	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん パーベキューチキン シーザーサラダ いちご 新じゃがとわかめの味噌汁	牛乳 ドーナツ	精白米 米粒麦 鶏肉 レタス きゅうり 人参 いちご じゃがいも わかめ 玉ねぎ 牛乳 中濃ソース ケチャップ 三温糖 マヨドレ 粉チーズ レモン汁 塩 こしょう 油 味噌 かつおだし こんぶだし 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター	乳:406kcal 幼:508kcal
20	木	牛乳 乳児用菓子	アスパラのクリームスパゲティ 人参ドレッシングサラダ レタススープ	牛乳 オレンジゼリー	スパゲティ 鶏挽肉 アスパラガス 玉葱 キャベツ もやし 人参 きゅうり レタス みかん缶 オレンジジュース バター コンソメ 小麦粉 牛乳 塩 生クリーム 酢 三温糖 醤油 こんぶだし 寒天	乳:460kcal 幼:560kcal
21	金	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん 魚のフライ 春かぶの浅漬け 山東菜の味噌汁	牛乳 きな粉マカロニ	精白米 米粒麦 ホキ パン粉 かぶ きゅうり もやし 人参 山東菜 しめじ マカロニ きな粉 牛乳 塩 酒 油 小麦粉 酢 三温糖 味噌 かつおだし こんぶだし	乳:405kcal 幼:535kcal
22	土	牛乳 乳児用菓子	そぼろあんかけ丼 味噌汁	牛乳 せんべい	精白米 鶏挽肉 玉ねぎ しめじ キャベツ 人参 葱 さつまいも 醤油 三温糖 みりん 酒 中華だし 味噌 こんぶだし かつおだし	乳:370kcal 幼:469kcal
25	月火	牛乳 乳児用菓子	わかめ煮麺 切干大根の中華サラダ デコボン	牛乳 ふかしいも	冷麦 鶏肉 白菜 人参 葱 ごま 切干大根 小松菜 ツナ缶 デコボン さつまいも 鶏がら 塩 醤油 酒 酢 三温糖 ごま油 牛乳	乳:382kcal 幼:478kcal
24	火月	牛乳 乳児用菓子	ごま食パン 魚のムニエル グリーンサラダ 菜の花のシチュー	牛乳 かしわめし	ごま食パン マス 小麦粉 ブロッコリー アスパラガス キャベツ コーン 菜の花 玉葱 人参 豆乳 精白米 鶏肉 椎茸 ごぼう 牛乳 塩 バター 酒 醤油 酢 三温糖 こんぶだし シチュー粉	乳:442kcal 幼:567kcal
27	水木	牛乳 乳児用菓子	チキンカレー 豆乳ドレサラダ りんご	牛乳 人参クッキー (26:非常食用 クラッカー)	精白米 米粒麦 鶏肉 じゃがいも 人参 玉葱 コーン キャベツ もやし りんご 牛乳 小麦粉 カレールウ 油 豆乳 三温糖 酢 塩 バター	乳:471kcal 幼:580kcal
28	木金	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん 鶏肉の照り焼き おかひじきの納豆和え かぼちゃの煮物 かぶの味噌汁	牛乳 ジャムサンド	精白米 米粒麦 鶏肉 おかひじき キャベツ 人参 挽きわり納豆 かぼちゃ かぶ 玉葱 食パン イチゴジャム 牛乳 醤油 三温糖 酒 みりん めんつゆ かつおだし 味噌 こんぶだし	乳:456kcal 幼:552kcal
14	金	牛乳 乳児用菓子	麦ごはん 厚揚げと鶏肉のケチャップあん わかめサラダ ワンタンスープ	牛乳 ごぼう揚げ	精白米 米粒麦 鶏肉 厚揚げ 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし わかめ ごま 葱 えのき 人参 ワンタン皮 ごぼう ケチャップ 醤油 中華だし 三温糖 片栗粉 ごま油 酢 塩 みりん 油	乳:409kcal 幼:520kcal
誕生会 26	水	牛乳 乳児用菓子	春の彩りごはん 豆腐ハンバーグ 春キャベツのコールスローサラダ 若竹汁	麦茶 フルーツサンド	精白米 豆腐 かぼちゃ 菜の花 人参 ツナ缶 鶏挽肉 春キャベツ きゅうり 筍 わかめ 大根 ミルクパン いちご みかん缶 塩 ケチャップ 中濃ソース 三温糖 マヨドレ 粉チーズ こんぶだし かつおだし 牛乳 生クリーム	乳:377kcal 幼:462kcal

* 献立内容を変更する場合がありますが、ご了承ください。





令和5年 4月離乳食



日付	曜日	献立		主な食材
		午前(10:00)	午後(14:00)	
3 17	月	あんかけ煮麺 大根のころころ煮	粥 じゃが芋そぼろ	精白米 鶏挽肉 冷麦 人参 大根 もやし じゃがいも 片栗粉
4 18	火	粥 カレイの煮付け 味噌汁	パンスティック 菜の花のおかか和え	精白米 カレイ 食パン 菜の花 キャベツ 人参 玉ねぎ 大根 片栗粉 ソフトおかか
5 19	水	粥 ささみ玉ねぎあん 味噌汁	粥 ポテトサラダ	精白米 ささみ 人参 じゃがいも 玉ねぎ 片栗粉
6 20	木	そぼろパスタ キャベツのくたくた煮	粥 もやしのサラダ	精白米 鶏挽肉 スパゲッティ 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 片栗粉
7 21	金	粥 鮭の味噌焼き風 すまし汁	粥 かぶの煮物	精白米 鮭 かぶ もやし 人参 山東菜 片栗粉
10 25	月 火	やさい煮麺 キャロットサラダ	粥 さつまいもの甘煮	精白米 鶏挽肉 冷麦 白菜 人参 小松菜 さつまいも 片栗粉
11 24	火 月	パンスティック 菜の花のソテー 野菜スープ	粥 ブロッコリーサラダ	精白米 カレイ 食パン ブロッコリー 菜の花 キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃがいも 片栗粉
12 27	水 木	粥 鶏のだし煮 味噌汁	粥 オニオンスープ	精白米 ささみ じゃが芋 にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし 片栗粉
13 28	木 金	粥 鶏そぼろ 味噌汁	粥 納豆汁	精白米 鶏挽肉 玉ねぎ もやし キャベツ 人参 片栗粉 挽き割り納豆
14 26	金 水	粥 ささみのあおさ煮 味噌汁	粥 豆腐のとろとろあん	精白米 ささみ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし 大根 片栗粉 豆腐 刻みのり

※献立内容を変更する場合がありますが、ご了承下さい。

※初期食…粥、汁物(野菜、芋など)をペースト状にて出します。

味付けなしの素材を感じられる献立となっております。

※中期食…食材そのものの味やだしの風味を活かした味付けになります。

食べ具合を見ながら形態を変えていきます。

(・7~8倍粥→5~6倍粥、軟飯 ・パンスティック→パン粥 など)