



4がつのこんだてひょう



※ 青字は新作メニューです。

令和7年 みなみ保育所

ご入所・ご進級おめでとうございます

新しいお友だちを迎え、新年度が始まりました。保育所では、旬の食材や行事食を大切に食事作りをしています。今年度も野菜の栽培やクッキング、日々の給食やおやつを通して、食べることの楽しさを伝えていきたいと思ひます。

また、安心・安全な食事作りを心がけ、ご家庭と連携を取りながら、一緒にお子さんの健やかな成長を見守ってきたいと思ひます。今年度もよろしくお願ひいたします。

旬の食材

たけのこ、わかめ
スナップえんどう
春キャベツ、ふき
アスパラガス、いちご
きよみオレンジ
など

食育目標

保育所の食事に慣れよう

新しい環境の中で、子どもたちが保育所の食事に慣れることができるように食べやすいメニューを取り入れています。乳幼児期は体をつくる大切な時期です。おやつも食事の一部と考え、午後はおにぎりを中心とし、しっかりと食べて、元気に遊べるようにしていきます。また、春ならではのたけのこの皮はぎやよもぎ団子のクッキングなど、旬の食材に触れることで、食事の時間が楽しみになるようにしていきます。

月	火	水	木	金
	1 (午前のおやつ0・1・2歳児) 麩の黒糖がらめ／お茶 ごはん 鶏肉の磯焼き 春キャベツのおかか和え かぼちゃの煮物 小松菜のみそ汁 きよみオレンジ 牛しぐれおにぎり 牛乳	2 大豆とごまのせんべい お茶 ごはん じゃが芋のグラタン おからサラダ アスパラの和え物 えのきのすまし汁 五平餅 牛乳	3 蒸しかぼちゃ お茶 ごはん 鶏肉のごまから揚げ 和風サラダ きのこのしょうゆ炒め しじみ汁 デコポン レタスチャーハン 牛乳	4 入所のつどい 人参プリッツ お茶 ごはん 魚の変わり焼き 小松菜の磯香和え 煮豆 もやしのみそ汁 カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳
7 チーズ お茶 ごはん 鶏肉の和風ピカタ 春キャベツのみそ炒め 春雨の酢の物 豆腐のすまし汁 カレーピラフ パスチャライズ牛乳	8 開放日 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 魚のチリソース グリーンサラダ 焼き南瓜 しめじのみそ汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん 牛乳	9 ぱりぱりせんべい お茶 ごはん キッズマーボー マセドアンサラダ 焼きブロッコリー 春キャベツのスープ わかめおにぎり 牛乳	10 いちごヨーグルト お茶 ごはん 魚の照り焼き チンゲン菜の煮物 はりはりなます ふきのみそ汁/きよみオレンジ 米粉のさつま芋蒸しパン 牛乳	11 きな粉マカロニ お茶 ごはん 厚焼き卵 納豆和え 煮昆布 南瓜のみそ汁/りんご ツナしょうがおにぎり 牛乳
14 黒糖ビスケット お茶 ごはん 揚げレバーのごまソースがらめ 小松菜と切干大根の和え物 春キャベツときくらげのナムル 麩のすまし汁 刻み昆布おにぎり パスチャライズ牛乳	15 弁当の日 豆乳スープ お茶  米粉のロールケーキ 牛乳	16 煮昆布 お茶 筍ごはん 魚の衣焼き もやしのごま酢和え ふかし芋 厚揚げのみそ汁 じゃこおにぎり 牛乳	17 かりかりいりこ お茶 ドライカレー フレンチサラダ ゆでスナップえんどう フルーツヨーグルト のりおにぎり 牛乳	18 ごまプリッツ お茶 ごはん つくね焼き ほうれん草のおかか和え じゃが芋のみそがらめ 若竹汁 さばのそぼろごはん 牛乳
21 麩のココアラスク お茶 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ 小松菜のコーン和え 豆乳入りみそ汁 しそおにぎり パスチャライズ牛乳	22 きな粉かぼちゃ お茶 ごはん さばのみそ煮 ごまドレサラダ アスパラの焼き浸し はんぺん汁 チキンライス 牛乳	23 誕生会 カレークラッカー お茶 板わかめごはん 鶏肉のマーマレード焼き 野菜の人参ドレッシングかけ フライドポテト 野菜スープ/いちご 黒ごまチーズスティック 牛乳	24 開放日 もちもちおから お茶 ごはん 豚肉の甘だれ炒め ブロッコリーサラダ 春キャベツの浅漬け あさり汁 炒り玄米おにぎり 牛乳	25 粉ふき芋 お茶 ごはん 魚の中華ねぎ焼き 彩り和え たけのこのから揚げ 油揚げのみそ汁/かわちばんかん よもぎ団子 牛乳
28 野菜クラッカー お茶 ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き ブロッコリーのごまマヨ和え 切干大根の煮物 そうめん汁 鶏そぼろおにぎり パスチャライズ牛乳	29 昭和の日 弁当の日について 保育所では月に1回 弁当の日があります。 子どもたちは手作りの 弁当をととても楽しみに しています。ご協力を よろしくお願いします。	30 きな粉クッキー お茶 ごはん 牛肉のオイスターソース炒め カラフルサラダ 揚げごぼう なめこ汁/きよみオレンジ 鮭おにぎり 牛乳	 保育所の給食について - 米は栄養価の高い7分づき米を使用し、和食を中心とした給食作りをしています。 - 調味料はなるべく添加物の少ないものを使用し、昆布やかつお節、煮干し、鶏ガラでだしをとり、薄味の食事にしています。 - 野菜は化学肥料を使用していない安全なものをできるだけ多く使用するようになっています。 (食材の都合で献立を変更することがあります。ご了承ください。) 	

展示食について

<幼児食>

展示ケースが玄関入口にあります。昼食とおやつ(3歳児の量)を展示しています。※食事内容・調理形態・量などを参考にしてください。



<離乳食>

玄関入って正面に展示ケースがあります。プレートに月齢が書いてあります。



毎月おすすめレシピを設置しています。ご自由におとりください♪(離乳食展示ケース横にあります)