



# 4がつのこんだてひょう



令和3年 みなみ保育所

月	火	水	木	金
<p><b>ご入所・ご進級おめでとうございます</b></p> <p>新しいお友達を迎え、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。今年度も給食やおやつを通して、子ども達に食べることの楽しさを伝えていきたいと思ひます。</p> <p>乳幼児期は食習慣を身につける大切な時期です。子ども達が健やかに成長できるよう、ご家庭と連携を取りながら、見守っていきたく思ひますので、今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。</p>			1 (午前のおやつ0.1.2歳児) 煮豆・お茶	2 チーズ お茶
			ごはん 豚肉の甘だれ炒め マセドアンサラダ ポイルブロッコリー なめこ汁 かわちばんかん お焼きごはん 牛乳	ごはん 魚のソースフライ 切干大根の煮物 小松菜の和え物 えのきのみそ汁  パエリア風ごはん 牛乳
5 入所のつどい	6	7	8	9
野菜クラッカー パスチャライズ牛乳	きよみオレンジ お茶	人参プリッツ お茶	きな粉かぼちゃ お茶	クッキー お茶
ごはん 鶏肉の照り焼き 春キャベツのおかか和え 南瓜の煮物 油揚げのみそ汁 わかめおにぎり パスチャライズ牛乳	ごはん 魚のコーンマヨ焼き ほうれん草の白和え 煮昆布 麩のみそ汁 ひじきとツナのおにぎり 牛乳	ドライカレー マカロニサラダ ゆでスナップえんどう フルーツヨーグルト  牛乳あべかわ お茶	ごはん 魚のチリソースがらめ フレンチサラダ 焼きアスパラ しめじのみそ汁 ボン・デ・黒ゴマ 牛乳	ごはん じゃが芋の肉みそグラタン 小松菜の納豆和え 春キャベツの浅漬け しじみのすまし汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳
12	13	14 弁当の日	15	16
きよみオレンジ パスチャライズ牛乳	ぱりぱりせんべい 牛乳	豆乳スープ お茶	高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	いちごヨーグルト お茶
ごはん 厚焼き卵 ほうれん草の和え物 かりかりごぼう 切干大根のみそ汁 焼きおにぎり パスチャライズ牛乳	ごはん ハンバーグ グリーンサラダ 粉ふき芋 チンゲン菜のスープ 黒糖スコーン 牛乳	 シフォンケーキ お茶	たけのごはん 魚の塩焼き もやしのごま酢和え 春キャベツのみそ炒め 若竹汁 / りんご レタスチャーハン 牛乳	春色ごはん 高野豆腐の揚げ煮 たけのこのきんぴら アスパラのじゃこ和え じゃが芋のみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳
19	20	21	22	23 誕生会
麩のココアラスク お茶	粉ふき芋 牛乳	きな粉マカロニ お茶	みたらし団子 お茶	黒ごませんべい お茶
ごはん 鶏肉のマーメイド焼き あらめの炒め煮 春キャベツの和え物 豆乳入りみそ汁 さばのそぼろごはん パスチャライズ牛乳	板わかめごはん たけのこつくね 春雨の酢の物 煮豆 ふきのみそ汁 抹茶ドーナツ 牛乳	ごはん 牛肉のオイスターソース炒め ごぼうサラダ 焼きかぼちゃ 春キャベツのスープ じゃこおにぎり 牛乳	ごはん 魚のみそ焼き ほうれん草のポン酢和え たけのこの唐揚げ 鶏ごぼう汁/かわちばんかん 梅かつおおにぎり 牛乳	ごはん とんかつ 温野菜の 人参ドレッシングかけ 春雨スープ / いちご チーズケーキ お茶
26	27	28	29 昭和の日	30
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳	もっちもちおから 牛乳	りんご お茶	<p><b>弁当の日について</b></p> <p>保育所では月に1回弁当の日があります。子ども達は手作りの弁当をとっても楽しみにしていますので、ご協力をよろしくお願ひします。</p>	煮昆布 牛乳
ごはん 鶏肉の和風ピカタ チンゲン菜のさっと煮 はりはりなます はんぺん汁 カレーピラフ パスチャライズ牛乳	みそラーメン 大豆サラダ ほうれん草のコーン和え いちご 鯛めし 牛乳	ごはん さばのみそ煮 和風サラダ アスパラの焼き浸し 厚揚げのみそ汁 よもぎ団子 牛乳		ごはん 揚げレバーのケチャップ和え おからサラダ きくらげともやしのナムル 小松菜のみそ汁 のりおにぎり/かりかりいりこ 牛乳

## 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達が保育所の食事に慣れることができるよう、食べやすいメニューを取り入れています。また、おやつは食事の一部と考え、午前は果物や野菜、午後はおにぎりを中心にしています。食事に関する悩みやレシピ紹介など、いつでもお応えしますので何かありましたら、気軽に声をかけてください。おすすめレシピコーナーが離乳食展示ケースの横にありますので、ご自由にお取りください。

## 展示食について

### <幼児食>

玄関入口に展示ケースがあります。昼食とおやつ(3歳児の量)を展示しています。

### <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。

※食事内容・調理形態・量などを参考にしてください。



## 平田保育会の食事作りで心がけていること

- ・和食を中心とした給食作りをしています。
  - ・米は栄養価の高い7分づき米を使用しています。
  - ・昆布やかつお節、煮干し、鶏ガラでだしをとって、薄味でおいしい食事になっています。
  - ・調味料はなるべく添加物の少ないものを使用しています。
  - ・野菜は県産を中心に仕入れ、化学調味料を使用していない安全な野菜をできるだけ多く使用するようにしています。
- (食材の都合で献立を変更することがありますがご了承ください。)

※ 献立表・おすすめレシピは平田保育会のホームページ(<http://hirata-hoiku.jp>)でご覧になれます。