

2020.04.01

＊ ＊ ご入園・ご進級 おめでとうございます ＊ ＊

進級・入園したてのおともだち・保護者の皆さんも新たな気持ちで過ごす4月

さくらっこ保育園の給食は

『みんなでおいしく・楽しく食べる』を大きなテーマにしています。

給食を通して、いろいろな食べる事の経験を積んでいけるようにお手伝いが

できたらと考えています。

食事のこと・栄養のこと・レシピのことなど、気になることや聞きたい事が

ある時は いつでも声をかけてくださいね。

＊ 1年間 よろしくお願ひします ＊



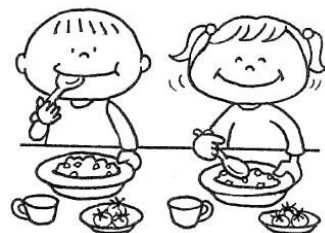
①朝ごはん

1日を元気に楽しく過ごすために大切な働きをします。

ごはんやパンなど…なにか食べて登園してね。

② 給食の準備をするため、お休みの連絡は

9:00 までにお願ひします。



☆ 保育園の給食について ☆



みんなで食べられるメニューを中心に、
自園献立（桜本保育園との共同献立）で提供しています

◆手作りの給食◆

添加物の多い食品は、できるだけ使いません。食材の味をしっかりと味わえるように
うす味を心がけています。

◆健康なからだづくり◆

成長に必要な栄養をバランスよく取れるように献立を立てます。

1日に必要な栄養の40～50%が取れるようになっています。

玄米の白・雑穀米の白・豆乳の白…などがあります。

子どもの成長に必要な栄養がバランスよく入っている食品を取り入れています

◆ひとりひとりにあわせた離乳食◆

大切な離乳食時期は、月齢だけではなく 食べたい気持ち・噛む力や飲み込む力・
歯の本数などを総合的にみながら 子どもに合わせた硬さや形を選んで進めます。

◆対応食◆

なるべく、みんなが同じメニューを食べられるようにしています。

マヨネーズは、ノンエッグマヨネーズを使っています。

コンソメは、チキンコンソメを使っています。（牛不使用）

○食物アレルギーがある子どもには・・・代替食

○体調がすぐれない子どもには・・・配慮食

※病院のお医者さんから指示があった時だけ対応できます。

◆行事食◆

こどもの日・七夕など季節の行事食があります。

さくらっこのスペシャルメニュー 『虹色メニュー』（月2～3回）

さくらっこ保育園・桜本保育園で出会ったお友だちのルーツにちなんだ
我が家の味をさくらっこのみんなで分かち合うメニューです。

☆4がつ りにゅうしょく めにゅー☆

日	曜	ごっくん期(初期～5・6か月～) ちゅうしょく		もぐもぐ期(中期～7・8か月～) ちゅうしょく		かみかみ期(後期～9・10・11か月～) ちゅうしょく		ぱくぱく期(完了期～12～18か月～) ちゅうしょく	
		3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ	3じのおやつ
1	すい	ばんがゆ ふのペーすと きゃべつのペーすと みるく 160	みるく 200	ばんがゆ やさいすーぶ とりささみのうすくずに つぶし きゃべつのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	ばたーろーる やさいすーぶ とりささみのうすくずに ほぐし きゃべつのしおもみ きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ばたーろーる やさいすーぶ じゃがいものかんとりに きざみ こーるすろーさらだ きざみ おれんじ	ぎゅうにゅう むしばん
2	もく	つぶしがゆ うすいやさいすーぶ きぬどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ やさいすーぶ きぬどうふのうすくずに つぶし にんじんのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん やさいすーぶ いりどうふ きざみ にんじんときゅうりのあえもの きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ちんげんさいのすーぶ まーぼーあつあげ きざみ ばんさんすう きざみ きよみかん	ぎゅうにゅう ばうむくーへん ぱりんこ
3	きん	つぶしがゆ うすいみそしる しろみざかなのペーすと にんじんのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる しろみざかなのうすくずに つぶし にんじんのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる しろみざかなのうすくずに ほぐし きりぼしだいこんのにももの きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる やきざかな(さわら) ほぐし きりぼしだいこんのにももの きざみ はっさく	ぎゅうにゅう だいがくいも
4	ど	つぶしがゆ うすいみそしる こうやどうふのペーすと にんじんのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる とりささみのうすくずに つぶし にんじんのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる とりささみのうすくずに ほぐし にんじんのやわらかに つぶし みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる とりにくのてりやき きざみ ひじきのいりに きざみ	ぎゅうにゅう こくとうばん
6	げつ	つぶしがゆ うすいみそしる しろみざかなのペーすと じゃがいものペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる しろみざかなのうすくずに つぶし じゃがいものやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる しろみざかなのうすくずに ほぐし じゃがいものやわらかに きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる やきざかな(さけ) ほぐし じゃがいものそぼろに きざみ おれんじ	ぎゅうにゅう よーぐるとかん
7	か	つぶしがゆ うすいみそしる ふのペーすと にんじんのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる とりささみのうすくずに つぶし にんじんのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる とりささみのうすくずに ほぐし にんじんときゅうりのあえもの きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる ぶたにくのしょうがやき きざみ ませどあんさらだ きざみ	ぎゅうにゅう まかろにのこまあえ
8	すい	つぶしがゆ うすいみそしる こうやどうふのペーすと ぶろっこりーのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる こうやどうふのうすくずに つぶし ぶろっこりーのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる だいすとひきにくのいためもの ぶろっこりーのやわらかに きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる ぼーくびーんず きざみ しおゆでぶろっこりー きざみ きよみかん	ぎゅうにゅう ばかうけ びすこ
9	もく	ばんがゆ うすいやさいすーぶ ふのペーすと きゃべつのペーすと みるく 160	みるく 200	ばんがゆ やさいすーぶ ふのうすくずに きざみ きゃべつのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	しょくばん とうにゅうすーぶ やきころっけ きざみ ほいるきゃべつ きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん とうにゅうこーんすーぶ やきころっけ きざみ ほいるきゃべつ きざみ くしがたとまと きざみ	ぎゅうにゅう やきおにぎり
10	きん	つぶしがゆ うすいやさいすーぶ こうやどうふのペーすと とまとのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ やさいすーぶ こうやどうふのうすくずに つぶし とまとのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる とうにゅうしちゅー きざみ ごまどれっしんぐさらだ きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん きざみ 10:ぼーくかれー 24:ちきんかれー ごまどれっしんぐさらだ はっさく	ぎゅうにゅう おれんじぜりー あすばらびすけっと
11	ど	つぶしがゆ うすいみそしる きぬどうふのペーすと じゃがいものペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる きぬどうふのうすくずに つぶし じゃがいものやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる きぬどうふのうすくずに こふきいも きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる なまあげのみそいため きざみ こふきいも きざみ	ぎゅうにゅう かぶきあげ えんとりー
13	げつ	つぶしがゆ うすいみそしる ふのペーすと とまとのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる とりささみのうすくずに つぶし とまとのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる とりささみのうすくずに ほぐし とまとときゅうりのあえもの きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる ぶたにくのごまみそやき きざみ あますあえ きざみ はっさく	ぎゅうにゅう ぶらうんけーき
14	か	うどんのくたくたに(にんじん・たまねぎ) さつまいものペーすと かぶのペーすと みるく 160	みるく 200	うどんのくたくたに(にんじん・たまねぎ) さつまいものやわらかに つぶし かぶのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	にこみうどん(にんじん・たまねぎ) とりささみのうすくずに ほぐし さつまいものさらだ つぶし みるく 80	みるく 200 おかし	やきそば きざみ かぶのしおもみ きざみ さつまいものわふうさらだ きざみ くしがたとまと きざみ	ぎゅうにゅう とりおこわ
30	もく	つぶしがゆ うすいみそしる こうやどうふのペーすと きゃべつのペーすと みるく 160	みるく 200	おかゆ みそしる とりればーのうすくずに つぶし きゃべつのやわらかに つぶし みるく 120	みるく 200	やわらかいごはん みそしる とりればーのうすくずに きざみ きゃべつのあえもの きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みそしる ればーのかれーあげ きざみ きゃべつとにんじんのあえもの きざみ あまなつかん	ぎゅうにゅう じゃむばん



4がつ めにゅー



げつ	か	すい	もく	きん	ど
		1	2	3	4
		ばたーろーる じゃがいものかんとりーに こーるすろーさらだ やさいすーぶ おれんじ	ごはん まーぼーあつあげ ばんさんすう ちんげんさいのすーぶ きよみかん	むぎごはん やきざかな(さわら) きりぼしだいこんのもの みそしる(ふ・ほうれんそう) はっさく	ごはん とりにくのてりやき ひじきのいりに みそしる(きゃべつ・えのきだけ)
		ぎゅうにゅう むしばん	ぎゅうにゅう ぱりんこ ばうむくーへん	ぎゅうにゅう だいがくいも	ぎゅうにゅう こくとうばん
6	7	8	9	10	11
ごはん やきざかな(しゃけ) じゃがいものそばろに みそしる(とうふ・きゃべつ) おれんじ	ごはん ぶたにくのしょうがやき ませどあんさらだ みそしる(だいこん・わかめ) あまなつかん	ごはん ぼーくびーんず しおゆでぶろっこりー みそしる(じゃがいも・ながねぎ) きよみかん	しゃくばん やきころつけ ぼいるきゃべつ くしがたとまと とうにゅうこーんすーぶ	ざっこくまい ぼーくかれー ごまどれっしんぐさらだ はっさく	ごはん なまあげのみそいため こふきいも みそしる(あぶらあげ・ほうれんそう)
ぎゅうにゅう よーぐるとかんでん	ぎゅうにゅう まかろにのごまあえ	ぎゅうにゅう ばかうけせんべい びすこ	ぎゅうにゅう やきおにぎり	ぎゅうにゅう おれんじぜりー あすばらびすけっと	ぎゅうにゅう かぶきあげ えんとりー
13	14	15	16	17	18
ごはん ぶたにくのごまみそやき あまずあえ すましじる(とうふ・ながねぎ) はっさく	やきそば かぶのしおもみ さつまいものわふうさらだ くしがたとまと	ばたーろーる じゃがいものかんとりーに こーるすろーさらだ やさいすーぶ おれんじ	ごはん まーぼーあつあげ ばんさんすう ちんげんさいのすーぶ きよみかん	むぎごはん やきざかな(さわら) きりぼしだいこんのもの みそしる(ふ・ほうれんそう) はっさく	ごはん とりにくのてりやき ひじきのいりに みそしる(きゃべつ・えのきだけ)
ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	ぎゅうにゅう とりおこわ	ぎゅうにゅう むしばん	ぎゅうにゅう ぱりんこ ばうむくーへん	ぎゅうにゅう だいがくいも	ぎゅうにゅう こくとうばん
20	21	22	23	24	25
ごはん やきざかな(しゃけ) じゃがいものそばろに みそしる(とうふ・きゃべつ) おれんじ	ごはん ぶたにくのしょうがやき ませどあんさらだ みそしる(だいこん・わかめ) あまなつかん	ごはん ぼーくびーんず しおゆでぶろっこりー みそしる(じゃがいも・ながねぎ) きよみかん	しゃくばん やきころつけ ぼいるきゃべつ くしがたとまと とうにゅうこーんすーぶ	ざっこくまい ちきんかれー ごまどれっしんぐさらだ はっさく	ごはん なまあげのみそいため こふきいも みそしる(あぶらあげ・ほうれんそう)
ぎゅうにゅう よーぐるとかんでん	ぎゅうにゅう まかろにのごまあえ	ぎゅうにゅう ばかうけせんべい びすこ	ぎゅうにゅう やきおにぎり	ぎゅうにゅう おれんじぜりー あすばらびすけっと	ぎゅうにゅう かぶきあげ えんとりー
27	28	29	30		
ごはん ぶたにくのごまみそやき あまずあえ すましじる(とうふ・ながねぎ) はっさく	やきそば かぶのしおもみ さつまいものわふうさらだ くしがたとまと	お や す み	ごはん ればーのかれーあげ のりあえ みそしる(さやえんどう・たまねぎ) あまなつかん		
ぎゅうにゅう ぶらうんけーき	ぎゅうにゅう とりおこわ		ぎゅうにゅう じゃむばん		