

2023.04.01

☆ 保育園の給食について ☆



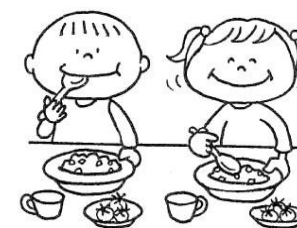
みんなで食べられるメニューを中心に、
自園献立（さくらっこ保育園で考えた献立）で提供しています。

◆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
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。



◆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◆

○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。

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・レシビのことなど、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。



● お休みの連絡 ●

給食の準備をするため

9：00までに教えてください。

お休みの予定がある時は、

連絡ノート・登園予定表・職員などで

教えてください。

● 食べ物は 持ち込まない ●

保育園は、
食物アレルギーや食べてはいけない食べ物がある
お友だちと一緒に過ごす場所です。

口の中・口のまわり・手・洋服などに

食べ物がついていないかな!?

チェックしてから入ってください。

● あさごはん ●

1日元気に楽しく過ごすために大切です。

ごはんやパン何か食べて登園してね。

「今日は起きるのが遅くなって…」「今日はぐずぐず気分」

そんな日もあります。

そんな日には無理せず、職員に声をかけてください♪

★ 4がつ りにゅうしょく めにゅー ★

ひにち	ようび	ごっくん 期		もぐもぐ 期		かみかみ 期		ぱくぱく 期	
		ちゅうしょく ～ひるごはん～	15:00 おやつ	ちゅうしょく ～ひるごはん～	15:00 おやつ	ちゅうしょく ～ひるごはん～	15:00 おやつ	ちゅうしょく ～ひるごはん～	15:00 おやつ
1 15	ど	つぶしがゆ じゃがいも・にんじんの ペーすと ぶろっこりーの ペーすと うすい やさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ じゃがいも・にんじんの やわらかに ぶろっこりーの やわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみ うすくすに ぶろっこりーの まよねーすぞえ やさいすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん Adobo（あどぼ） （ふいりひんの とりにくとやさいのにも） ぶろっこりーの まよねーすぞえ おれんじ	ぎゅうにゅう うすやきせんべい おーるれーすん
3 17	げつ	つぶしがゆ こうやどうふの ペーすと さつまいもの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふ うすくすに さつまいもの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん こうやどうふの そぼろ うすくすに さつまいもの れもんに みそしる（こまつな） みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん こうやどうふの そぼろに さつまいもの れもんに みそしる（ふ・こまつな） おれんじ	ぎゅうにゅう かにぱん
4 18	か	うどんの くたくたに ふの ペーすと きゃべつの ペーすと みるく 160	みるく 200	うどんの やわらかに ふの うすくすに きゃべつの やわらかに みるく 120	みるく 200	ふと やさいの にこみうどん ひやし きゅうり きざみ みるく 80	みるく 200 おかし	짜장면（ちゃじゃんみょん） （かんこくちょうせんの ジャージャーめん） ひやし きゅうり ばなな	ぎゅうにゅう 약밥(やつぱふ)
5 19	すい	ばんがゆ こうやどうふの ペーすと ぶろっこりーの ペーすと うすい やさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ とりささみ うすくすに ほぐし ぶろっこりーの やわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくぱん とうにゅう ちきんぐらたん おんやさい さらだ きゃべつ すーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくぱん とうにゅう ちきんぐらたん おんやさい さらだ きゃべつ すーぶ きよみかん	ぎゅうにゅう おかかおにぎり
6 20	もく	つぶしがゆ むきがれいの ペーすと にんじんの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ むきがれいの うすくすに にんじんの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん むきがれいの うすくすに きゅうり・にんじんの さんばいす みそしる（じゃがいも） みるく 80	みるく 200 おかし	むぎ ごはん さけの しょうがやき もやしの さんばいす みそしる（じゃがいも） ばなな	とうにゅう かすてら
7 21	きん	つぶしがゆ ふの ペーすと はくさいの ペーすと うすい やさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ ふの うすくすに はくさいの やわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん にくだんごの うすくすに はくさいの やわらかに やさいすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	とり ちゅうか おこわ にくだんご すーぶ きよみかん	ぎゅうにゅう とうにゅうもち
8 22	ど	つぶしがゆ こうやどうふの ペーすと きゃべつの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふ うすくすに きゃべつの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみ うすくすに さわーくらふと みそしる（こまつな） みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん たんどりー ちきん さわーくらふと みそしる（きりぼし・こまつな） おれんじ	ぎゅうにゅう こくとうぱん
10 24	げつ	つぶしがゆ ふの ペーすと きゃべつの ペーすと うすい やさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ とりささみ うすくすに ほぐし きゃべつの やわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん とりささみ とうにゅう しちゅー しょうゆ ふれんちさらだ みるく 80	みるく 200 おかし	むぎ ごはん みるく ちきん かりー しょうゆ ふれんちさらだ おれんじ	ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー
11 25	か	つぶしがゆ むきがれいの ペーすと にんじんの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ むきがれいの うすくすに にんじんの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん むきがれいの かわりやき きりぼしだいこんの にも みそしる（きゃべつ） みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん むきがれいの かわりやき きりぼしだいこんの にも みそしる（きゃべつ）	ぎゅうにゅう ろーるかすてら
12 26	すい	うどんの くたくたに こうやどうふの ペーすと だいこんの ペーすと みるく 160	みるく 200	うどんの やわらかに こうやどうふの うすくすに だいこんの やわらかに みるく 120	みるく 200	にこみうどん なっとうの てんぶら だしに だいこんの あますづけ みるく 80	みるく 200 おかし	うどん なっとうの てんぶら だいこんの あますづけ きよみかん	ぎゅうにゅう せきはん
13	もく	つぶしがゆ きぬどうふの ペーすと きゃべつの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ きぬどうふの うすくすに きゃべつの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん ふわふわ おむれつ すばげていー さらだ みそしる（とうふ） みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん すべいんおむれつ すばげていー さらだ みそしる（とうふ） ばなな	ぎゅうにゅう きなこぱんけーき
27	もく	つぶしがゆ きぬどうふの ペーすと とまとの ペーすと うすい みそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ きぬどうふの うすくすに とまとの やわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりればーの うすくすに とまと・きゅうりの あますあえ みそしる（とうふ） みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ぶたればーの たつたあげ とまと・きゅうりの あますあえ みそしる（とうふ） ばなな	ぎゅうにゅう あんこくっきー
14 28	きん	ばんがゆ ふの ペーすと さつまいもの ペーすと うすい やさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ ふの うすくすに さつまいもの やわらかに やさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくぱん さつまいもの やきころっけ とまと・きゅうりの まりね とうにゅう すーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくぱん さつまいもの やきころっけ とまと・きゅうりの まりね とうにゅう こーんすーぶ きよみかん	ぎゅうにゅう やさいびらふ

😊 4がつ めにゅー 😊

げつ	か	すい	もく	きん	ど
					1
					ごはん Adobo（あどぼ） （ふいりびんのとりにくとやさいのにも） ぶろっこりーのまよねーすぞえ おれんじ
					ぎゅうにゅう うすやきせんべい おーるれーすん
3	4	5	6	7	8
ごはん こうやどうふのそぼろに さつまいものれもんに みそしる（ふ・こまつな） おれんじ	짜장면（ちゃじゃんみょん） （かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん） ひやしきゅうり ばなな	しょくばん とうにゅうちきんぐらたん おんやさいさらだ きゃべつとこーんのすーぷ きよみかん	むぎごはん さけのしょうがやき もやしのさんばいす みそしる（じゃがいも・あぶらあげ） ばなな	とりちゅうかおこわ にくだんごすーぷ きよみかん	ごはん たんどりーちきん さわーくらふと みそしる（きりぼし・こまつな） おれんじ
ぎゅうにゅう かにばん	ぎゅうにゅう 약 밥(やっぱぶ) （かんこく・ちょうせんのこくとうおこわ）	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	ちょうせいとうにゅう かすてら	ぎゅうにゅう とうにゅうもち	ぎゅうにゅう こくとうばん
10	11	12	13	14	15
むぎごはん ちきんかりー しょうゆふれんちさらだ おれんじ	ごはん むきがれいのかわりやき きりほしだいこんのにも みそしる（なまあげ・きゃべつ）	きつねうどん なっとうのてんぷら だいこんのあますづけ きよみかん	ごはん すべいんおむれつ すばげていーさらだ みそしる（とうふ・なめこ） ばなな	しょくばん さつまいものやきころっけ とまと・きゅうり・しめじのまりね とうにゅうこーんすーぷ きよみかん	ごはん Adobo（あどぼ） （ふいりびんのとりにくとやさいのにも） ぶろっこりーのまよねーすぞえ おれんじ
ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう ろーるかすてら	むぎちゃ さつまいもいりせきはん	ぎゅうにゅう きなこのばんけーき	むぎちゃ やさいかれーびらふ	ぎゅうにゅう うすやきせんべい おーるれーすん
17	18	19	20	21	22
ごはん こうやどうふのそぼろに さつまいものれもんに みそしる（ふ・こまつな） おれんじ	짜장면（ちゃじゃんみょん） （かんこくちょうせんのじゃーじゃーめん） ひやしきゅうり ばなな	しょくばん とうにゅうちきんぐらたん おんやさいさらだ きゃべつとこーんのすーぷ きよみかん	むぎごはん さけのしょうがやき もやしのさんばいす みそしる（じゃがいも・あぶらあげ） ばなな	とりちゅうかおこわ にくだんごすーぷ きよみかん	ごはん たんどりーちきん さわーくらふと みそしる（きりぼし・こまつな） おれんじ
ぎゅうにゅう かにばん	ぎゅうにゅう 약 밥(やっぱぶ) （かんこく・ちょうせんのこくとうおこわ）	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	ちょうせいとうにゅう かすてら	ぎゅうにゅう とうにゅうもち	ぎゅうにゅう こくとうばん
24	25	26	27	28	29
むぎごはん ちきんかりー しょうゆふれんちさらだ おれんじ	ごはん むきがれいのかわりやき きりほしだいこんのにも みそしる（なまあげ・きゃべつ）	きつねうどん なっとうのてんぷら だいこんのあますづけ きよみかん	ごはん ぶたればーのたつたあげ とまと・きゅうり・こーんあますあえ みそしる（とうふ・なめこ） ばなな	しょくばん さつまいものやきころっけ とまと・きゅうり・しめじのまりね とうにゅうこーんすーぷ きよみかん	
ぎゅうにゅう りんごぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう ろーるかすてら	むぎちゃ さつまいもいりせきはん	ぎゅうにゅう あんこくつきー	むぎちゃ やさいかれーびらふ	