



# きゅうしょくだより

2023.05.01

☆☆ 楽しく食べよう ☆☆



保育園の給食は、いろいろな食材を使っています。

いろいろな作り方や味付けも工夫しています。

初めて食べる料理も友達といっしょに食べる事で食べる楽しさ・

美味しさを経験して過ごしていきたいと思っています。

楽しく・美味しく食べるために大切なのは、一緒に美味しく食べる♪

「〇〇〇おいしいよ♪」 「おみそ汁 あったかいね」

「〇〇〇〇どんな音がするかな！？ (シャキシャキ) 聞こえる？」

子どもたちは、楽しく・美味しく食べている様子をよくみています。

ひと口食べてみようかなと思えるように誘ってみてください。

小さなひと口でも食べる事が出来たら、褒めてあげてください。

保育園でも、毎日みんなと一緒に食べる経験をして、

楽しく食べられるように心がけています。

『食べる事が好きな子どもたち』の育ちを一緒につくっていきましょう

さくらっこ保育園の給食は、

さくらっこの子どもたちにあわせて

考えた献立を作っています。

さくらっこの子ども達が保育園で食べる姿や家庭で食べている料理を

ヒントにしながら、楽しく食べれる給食メニューを作っていきますね。

また、いろいろなルーツをもつ人たちが集まる保育園として、

それぞれの食文化を大切に想いながら取り入れてきた虹色メニューは

特別な行事食ではなく、毎日のメニューの中に取り入れていきます。

メニュー表の中で、いろいろな色で書かれているメニューです。

今まで、桜本保育園やさくらっこ保育園で出会ったお友だちの我が家の

メニューです。これからも、保護者のみなさんに教えてもらいながら…

たくさんメニューを取り入れていきたいと思っています。

お家でいつも食べる定番メニューや子ども達の好きな料理・誕生日や

記念日に食べる大切なメニューを教えてください。

保育園でも友達と一緒に食べて、素敵な食文化を分かちあいたいです。

★ 5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 18	げつ もく	つぶしがゆ 心のペースと にんじんのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ 心のうすくすに あすばらとにんじんのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん ふわふわたまごやき あすばらとにんじんのちゅうかあえ わんだんすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん あんかけたまごやき あすばらとにんじんのちゅうかあえ わんだんすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう ちーず ばうんどけーき
2	か	つぶしがゆ こうやどうふのペースと とまとのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに とまとのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん とりつくねのうすくすに ばんざんすー とまといりたまごすーぶ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりのつくねに ばんざんすー とまといりたまごすーぶ おれんじ	ぎゅうにゅう あげたいやき
6 20	ど	つぶしがゆ 心のペースと こまつなのペースと うすいみそしる	みるく 200	おかゆ 心のうすくすに こまつなのやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん とりさきみうすくすに とまとときゅうりのびくるす みそしる(こまつな) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん とりもものかれーやき とまとときゅうりのびくるす みそしる(きりほしだいこん・こまつな) おれんじ	ぎゅうにゅう ぼうむくーへん
8 22	げつ	つぶしがゆ 心のペースと きゃべつのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ 心のうすくすに きゃべつのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん とりさきみのしちゅー こーるすろーさらだ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん みるくほーくかれー こーるすろーさらだ ばなな	ぎゅうにゅう ぐれーぶぜりー くらっかー
9 23	か	ばんがゆ きぬどうふのペースと にんじんのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ きぬどうふのうすくすに にんじんのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくばん とりつくねのうすくすに みねすとろーね みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん どうふなげっと みねすとろーね おれんじ	ぎゅうにゅう はりはりごはん
10 24	すい	つぶしがゆ こうやどうふのペースと にんじんのペースと 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 ふわふわたまごやき きりほしだいこんのさらだ みそしる(わかめ・ふ) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん にたまご きりほしだいこんのさらだ みそしる(ふ・ねぎ・わかめ) ばなな	りんごじゅーず ふらいどぼてと
11 25	もく	つぶしがゆ しろみざかなのペースと じゃがいものペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ しろみざかなのうすくすに じゃがいものやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん しろみざかなのうすくすに じゃがいものあまに みそしる(たまねぎ・こまつな) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ぶりのかばやき じゃがいものあまに みそしる(たまねぎ・こまつな) おれんじ	ぎゅうにゅう こくとうばん
12 26	きん	うどんのくたくたに 心のペースと にんじんのペースと みるく 160	みるく 200	うどんのくたくたに 心のうすくすに にんじんのやわらかに みるく 120	みるく 200	콩국수(こんくっず) (かんこく・ちょうせんのとうにゅうめん) 찌집(ちぢみ) (かんこく・ちょうせんのにらやき) みるく 80	みるく 200 おかし	콩국수(こんくっず) (かんこく・ちょうせんのとうにゅうめん) 찌집(ちぢみ) (かんこく・ちょうせんのにらやき) あまなつ	ぎゅうにゅう 호떡(ほっとく)
13 27	ど	つぶしがゆ こうやどうふのペースと ぶろっこりーのペースと うすいみそしる みるく 160	みるく 200	おかゆ こうやどうふのうすくすに ぶろっこりーのやわらかに みそしる みるく 120	みるく 200	なんはん しおとりじゃが ぶろっこりーのちゅうかあえ みそしる(こまつな) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん しおとりじゃが ぶろっこりーのちゅうかあえ みそしる(こまつな) ばなな	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき かりんとう
15 29	げつ	つぶしがゆ 心のペースと きゃべつのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	おかゆ 心のうすくすに きゃべつのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	なんはん Picante de pollo(ぴかんででぼしょ) (ほりひあのとりにくのすばいすとまとにこみ) しーざーさらだ みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん Picante de pollo(ぴかんででぼしょ) (ほりひあのとりにくのすばいすとまとにこみ) しーざーさらだ ばなな	ぎゅうにゅう せんべい びすこ
16 30	か	うどんのくたくたに しろみざかなのペースと じゃがいものペースと みるく 160	みるく 200	うどんのくたくたに しろみざかなのうすくすに じゃがいものやわらかに みるく 120	みるく 200	うどんやわらかに しろみざかなのうすくすに じゃがいものまよそーすがけ みるく 80	みるく 200 おかし	Tallarín Verde(たじゅりんべるで) (べるーのほうれんそうばすた) かじきまぐろのかわりやき じゃがいものまよそーすがけ おれんじ	ぎゅうにゅう りぞっと
17 31	すい	ばんがゆ こうやどうふのペースと にんじんのペースと うすいやさいすーぶ みるく 160	みるく 200	ばんがゆ こうやどうふのうすくすに にんじんのやわらかに やさいやさいすーぶ みるく 120	みるく 200	しょくばん ほーくびーんず まかるにさらだ とうにゅうぼたーじゅ みるく 80	みるく 200 おかし	しょくばん ほーくびーんず まかるにさらだ とうにゅうぼたーじゅ ばなな	ぎゅうにゅう こへいもち
19	きん	つぶしがゆ きぬどうふのペースと にんじんのペースと 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 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 とりればーのうすくすに にんじんときゅうりのなむる みそしる(きぬどうふ) みるく 80	みるく 200 おかし	ごはん ふたればーのかおりあげ ひじきのなむる みそしる(きぬどうふ) あまなつ	ぎゅうにゅう はっぴーだーん ふの しゅがーくっきー

😊 5がつ めにゅー 😊

げつ 1	か 2	すい 3	もく 4	きん 5	ど 6
ごはん あんかけ たまごやき あすばら とにんじんの ちゅうかあえ わんたんすーぶ  ばなな	★こどものひ ぎょうじしよく★ ごはん たけのこの とりつくねに ばんさんすー とまといり たまごすーぶ  おれんじ				ごはん とりももの かれーやき とまとときゅうりの ぴくるす みそしる (きりぼし・こまつな)  おれんじ
ちょうせいとうにゅう ちーす ばうんどけーき	ぎゅうにゅう あげ たいやき				ぎゅうにゅう ばうむくーへん
8	9	10	11	12	13
ごはん ほーくかれー  こーるすろーさらだ  ばなな	しょくばん とうふなげっと  みねすとろーね  おれんじ	ごはん あぶたま きりぼしだいこんの さらだ みそしる (ふ・ながねぎ・わかめ)  ばなな	むぎごはん ぶりの かばやき じゃがいもの あまに みそしる (たまねぎ・こまつな)  おれんじ	🍲 (かんこく・ちょうせん の とうにゅうめん) 🍲 (かんこく・ちょうせん の いらやき)  あまなつかん	むぎごはん しお とりじゃが ぶろっこりーの ちゅうかあえ みそしる (なまあげ・こまつな)  ばなな
ぎゅうにゅう ぐれーぶぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう はりはりごはん	りんごじゅーす ふらいどぼてと	ぎゅうにゅう こくとうばん	むぎちゃ 🍲 (かんこく・ちょうせん みついろおやき)	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき くろ かりんとう
15	16	17	18	19	20
ごはん Picante de pollo(ぴかんで で ぼしょ) (ほりびあのとりにくのすばいすとまとにこみ) しーざーさらだ  ばなな	Tallarín Verde (たじやりん べるで) (べるーの ほうれんそう ばすた) かじきまぐろの かわりやき じゃがいもの まよそーすかけ  おれんじ	しょくばん ほーくびーんす まかろに さらだ じゃがいもの とうにゅうすーぶ  ばなな	ごはん あんかけ たまごやき あすばら とにんじんの ちゅうかあえ わんたんすーぶ  ばなな	ごはん ぶた ればーの かおりあげ ひじきの なむる みそしる (とうふ・なめこ)  あまなつかん	ごはん とりももの かれーやき とまとときゅうりの ぴくるす みそしる (きりぼし・こまつな)  おれんじ
ぎゅうにゅう ばかうけ せんべい びすこ	ぎゅうにゅう やさいの りそっと	むぎちゃ こくとう ごへいもち	ちょうせいとうにゅう ちーす ばうんどけーき	ぎゅうにゅう ふの しゅがーくつきー はっぴーだーん	ぎゅうにゅう ばうむくーへん
22	23	24	25	26	27
ごはん ほーくかれー  こーるすろーさらだ  ばなな	しょくばん とうふなげっと  みねすとろーね  おれんじ	ごはん あぶたま きりぼしだいこんの さらだ みそしる (ふ・ながねぎ・わかめ)  ばなな	むぎごはん ぶりの かばやき じゃがいもの あまに みそしる (たまねぎ・こまつな)  おれんじ	🍲 (かんこく・ちょうせん の とうにゅうめん) 🍲 (かんこく・ちょうせん の いらやき)  あまなつかん	むぎごはん しお とりじゃが ぶろっこりーの ちゅうかあえ みそしる (なまあげ・こまつな)  ばなな
ぎゅうにゅう ぐれーぶぜりー くらっかー	ぎゅうにゅう はりはりごはん	りんごじゅーす ふらいどぼてと	ぎゅうにゅう こくとうばん	むぎちゃ 🍲 (かんこく・ちょうせん みついろおやき)	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき くろ かりんとう
29	30	31			
ごはん Picante de pollo(ぴかんで で ぼしょ) (ほりびあのとりにくのすばいすとまとにこみ) しーざーさらだ  ばなな	Tallarín Verde (たじやりん べるで) (べるーの ほうれんそう ばすた) かじきまぐろの かわりやき じゃがいもの まよそーすかけ  おれんじ	しょくばん ほーくびーんす まかろに さらだ じゃがいもの とうにゅうすーぶ  ばなな			
ぎゅうにゅう ばかうけ せんべい びすこ	ぎゅうにゅう やさいの りそっと	むぎちゃ こくとう ごへいもち			