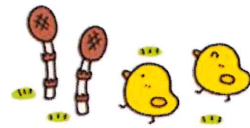



# しょくじだより



進級・入園 おめでとうございます！ きゅうしょくです。 

大津保育園の給食は、手作りで安全な給食づくりを心がけています。  
毎月しょくじだよりを発行します。おたよりでは、給食献立やクッキング、おたのしみ弁当の日や保育園の情報を載せています。また、毎日の給食を玄関のサンプルケースに置いてあります。お子さんと一緒に見て、話題にしたり、夕食のメニューと重ならないように参考にしてください。  
子どもたちが給食を楽しみに登園してもらえよう、栄養はもちろん、行事食や色々なイベントを計画しています。ご意見・ご要望等ありましたらお気軽にお聞かせください。  
子どもたちの「おいしかったよ」「またつくってね」の言葉を励みにがんばります。

給食 吉本 清水 山下



給食からの  
おねがい

## 遠足

持ち物、注意事項等のお知らせが  
出ますのでご覧ください。(年3回)

## 園外保育

おにぎり、水筒、お手拭き、敷物を  
リュックに入れて持ってきてください。  
(年9回)

## おたのしみ弁当

毎月実施します。空の弁当箱を包みに  
入れて持参してください。  
(ふじ・つばき・さくら・うめ)

## 4月のイベント

### お菓子屋さん

9日(火)  
給食室の前が  
お菓子屋さんになります。  
好きなお菓子を自分で  
選びます。

### ゼリー屋さん

18日(木)  
毎年「きれい！」と  
大好評の  
ゼリー屋さん。  
どんな味があるか、  
おたのしみに！！

### アンパンマンランチ

26日(金)  
ご飯の上に食材をのせ  
思い思いのアンパンマンの  
顔を作ります。  
どんなお顔ができるかな？

## おすすめレシピ

### 『納豆サラダ』

材料

(大人2人子ども2人分)

にんじん	1/3本
きゅうり	1本
ひきわり納豆	2P
ツナ缶	1缶
ベビーチーズ	3個
醤油	5g

作り方

- ① にんじんときゅうりをせん切りにし、にんじんはレンジで加熱、きゅうりは塩でもんで水気を切る。
- ② ベビーチーズは細かいさいの目に切るか、手で小さくちぎる。
- ③ にんじん、きゅうり、納豆(タレも)、ツナ缶、チーズ、調味料を加え混ぜる。

納豆はひきわりじゃなくても  
おいしくできます！





# 献立表



令和6年度4月

福)五和会 大津保育園

日	曜	午前のおやつ	クッキング	材料名	3時おやつ
1	月	せんべい		ハヤシライス みそドレッシングサラダ パナナ	チーズクッキー ジョア
2	火	乳酸菌飲料		米飯 カラフルミートローフ マカロニサラダ しいたけと白菜のスープ オレンジ	自家製黄桃ヨーグルト
3	水	ビスケット		カレーピラフ コーンフレークチキン 枝豆 ポトフ ミニブッチンプリン	カップケーキ 牛乳
4	木	せんべい		米飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き さといもと豚肉の炒め煮 麩とわかめのすまし汁 甘夏みかん缶	ツナと枝豆のお手軽パン 自家製飲むヨーグルト
5	金	コアコア		米飯 ハンバーグ フレンチポテトサラダ 春雨スープ オレンジ	フルーツポンチ
6	土			<b>入園式</b>	
8	月	くだものゼリー		スパゲティミートソース マゼドアンサラダ パナナ	いちごババロア
9	火	ビスケット		五目寿司 ちくわのカレー揚げ 納豆サラダ そうめん汁 ミニゼリー	<b>お菓子屋さん</b>
10	水	乳酸菌飲料		米飯 厚揚げのツナマヨチーズ焼き カニカマのスパサラ オニオンスープ いちご	バナナケーキ
11	木	バナナ		米飯 魚フライオーロラソース いんげんのごま和え 豆腐のみそ汁 オレンジ	ウイナーズコーン 自家製飲むヨーグルト
12	金	せんべい		<b>おたのしみ弁当</b>	
13	土			土曜給食	
15	月	コアコア		カレーうどん ブロッコリーのごまみそ和え パナナ	じゃがいもとしらすのおやき 牛乳
16	火	乳酸菌飲料		米飯 魚の竜田揚げ コロコロサラダ 切り干し大根のみそ汁 甘夏みかん缶	4月おたんじょうびケーキ 菓子
17	水	ビスケット		米飯 タンドリーチキン ごぼうのサラダ 五色スープ オレンジ	麩のラスク ジョア
18	木	ミレーフライ		<b>園外保育</b>	
19	金	せんべい		米飯 はんぺんフライ いんげんのおかかあえ 肉じゃが チーズ	フレンチトースト 牛乳
20	土			土曜給食	
22	月	バナナ		米飯 鉄ふりかけ ツナとニラの卵焼き ハムとごぼうのカレー風味サラダ わかめのみそ汁 甘夏みかん缶	たまご蒸しパン
23	火	ビスケット		ウイナーロールサンド いちごジャムサンド 大豆とひじきのサラダ ブロッコリー 大根のスープ チーズ	ドロップクッキー ジョア
24	水	くだものゼリー		米飯 油淋鶏 もやしサラダ 貝だくさんみそ汁 オレンジ	菓子
25	木	乳酸菌飲料		米飯 魚のごまネギ味噌焼き ちくわとキャベツの和え物 のっぺ汁 いちご	プリンケーキ 牛乳
26	金	せんべい		<b>アンパンマンランチ</b>	
27	土			PTA総会および懇談会	
30	火	ビスケット		米飯 ささみフライのりんごソースがけ 切り干し大根のツナマヨ和え たまねぎのみそ汁 パナナ	きなこサブレ 牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	531	18.7	16.4	235	1.9	153	0.28	0.29	24	5.1	1.9
目標量	574	23	15.9	259	2.5	214	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	93	81	103	91	76	71	90	81	109	142	119
3才未満児	449	14.7	13	223	1.5	123	0.23	0.25	21	4.2	1.6
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	97	79	101	104	65	65	92	89	105	127	107

\* 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

## おたのしみ弁当 12日(金)



毎月おたのしみ弁当の日があります。給食で作ったごはんやおかずを持参したお弁当箱に詰めるので、ふじ・つばき・さくら・うめ組は忘れないよう空のお弁当箱を包みに入れて持たせて下さい。お弁当箱に詰めると色々な所に行って食べる楽しさがあります。(もも・たんぼぼはいりません)