

4月の献立予定表

2025 荒茅保育園

🌸🌸🌸 ご入園・ご進級おめでとうございます 🌸🌸🌸

月	火	水	木	金	土
	1 おはな🌸ピラフ 春やさいのグラタン わかめの煮物 すまし汁	2 わかめごはん 肉じゃが 切干大根の酢の物 みそ汁	3 ミートスパゲッティ 三色和え 磯辺れんこん 豆乳スープ	4 ごはん 魚の菜の花やき にんじんじゃこサラダ うずら豆の煮物 みそ汁	5 パン 牛乳
	にんじん蒸しパン🍍	ココアパイ	和風ピザ	ツナサンド	
7 ごはん ミートローフ マカロニサラダ 焼きやさい スープ スコーン	8 ごはん 魚のみそ煮 ブロッコリーサラダ ごぼうとツナの煮物 すまし汁 あおのりポテト	9 焼き豚ラーメン ひじきの酢の物 じゃこいため	10 大豆ドライカレー きゃべつのみかん和え かぼちゃの煮物	11 ごはん 魚の梅マヨやき にら納豆 きんぴらこんにゃく みそ汁 よもぎ豆乳もち	12 パン 牛乳
14 ゆかりごはん 豚肉と春キャベツの炒め物 納豆サラダ すまし汁 ヨーグルト・小魚	15 ごはん 魚のてりやき セロリといかのナムル 高野豆腐の煮物 みそ汁 コロッケ風	16 鶏めし きゃべつのツナ和え 焼きじゃが みそ汁 ホットケーキ	17 ロールパン 春やさいシチュー 豆サラダ あらめの煮物 あずきおにぎり	18 ごはん 魚の甘酢あんかけ えんどう豆サラダ 大豆と青菜の煮物 みそ汁 お好み焼き	19 パン 牛乳
21 ごはん 牛肉と玉ねぎの煮物 青菜のひたし はるさめ炒め すまし汁 みたらしいも	22 ごはん 魚のホイルやき 梅ひじきサラダ セロリのきんぴら みそ汁 春巻スティック	23 春のまぜごはん ポークビーンズ アスパラのごま和え つみれ汁 クッキー・フルーツ	24 ごはん 若どりのからあげ もずくの酢の物 きゃべつのコンソメ煮 みそ汁 カルピスゼリー	25 弁当の日  さくらもち	26 パン 牛乳
28 おやこうどん こんにゃくの白和え 長いもの煮物 かみかみおにぎり	29 昭和の日 	30 たけのこごはん 鶏肉の香味やき 青菜のサラダ もずくのすまし汁 ジャムサンド			

※記載はありませんが、毎日フルーツがつきます。

きらめく春の光とともに新年度がスタートしました。新しいお友だちや先生・クラスのお部屋に子どもたちはドキドキしているのではないのでしょうか？

子どもたちがゆったりと園生活になれるように、4月は食べやすものを献立に多く取り入れています。保育園での食事は、好きなものだけではなく、苦手なものや初めて食べるものも出てきます。色々な食材や料理に出会い、食経験をたくさん積み重ねて日々成長します。子どもたちが元気に楽しく保育園生活を送れるような給食を作っていきたいと思います！
本年度もよろしくお願いいたします。



保育園の食事

- ✓ 子どもたちが一日に必要なエネルギーの約半分を昼食とおやつで摂ります。
- ✓ 主食・主菜・副菜・汁・フルーツを基本としています。
- ✓ 自分の体が成長するのに必要な食べ物や量などを知ります。
- ✓ みんなで食べることで、食事の楽しさやマナーを知ります。
- ✓ 旬な食材や行事食を取り入れ、季節感を味わいます。
- ✓ 食育計画に配慮して子どもの心とからだの発達に役立つように、栄養バランスを考えた献立を作ります。

🗣️ 質問、相談等ありましたらお気軽に声をかけてください 🎵



五感への配慮

「おいしい！」と感じてもらうためには、子どもたちの五感に配慮し、嫌悪感を減らしながら食べることへの興味、関心を高めることが大切です！

味覚

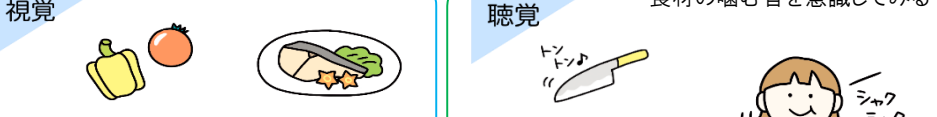
だしのうま味でおいしく食べる 適切な塩分でおいしく食べる



旬の新鮮な野菜を味わう 苦味を減らす 酸味を上手に活用

視覚

食材の噛む音を意識してみる



彩りを豊かに 形や盛り付けの工夫

嗅覚

調理の音に注目



だしの香りでいつもの 香りのよい食材で

おいしさを感じる 食欲を刺激

触覚

様々な食感を楽しむ 手づかみで食材の感触を直接感じる