

ご入園・ご進級おめでとうございます。  
春の訪れと共に、新しい1年がスタートしました。  
乳幼児期は、体の基礎を作る大切な時期です。食べることは生きることにつながり、「食」を通して楽しさや喜びを感じられ、また好奇心や意欲を育てる原動力になるものだと思います。子ども達の成長に合わせながら“食”に関わる事が「楽しい時間」となるよう、職員一同、努めてまいります。

こども園の給食で心がけていること

- ☆新鮮で安全性の高い食材  
(県内産・国内産)を使用し、地産地消に取り組んでいます。
- ☆一人一人の発達に合わせた食事形態で提供しています。
- ☆旬の食材を取り入れ、季節を感じられるようにしています。
- ☆行事食や郷土料理などの伝統的な食事を取り入れています。
- ☆食中毒を防止するための衛生管理を徹底しています。
- ☆様々な食に関わる体験ができるよう取り組んでいます。



⚠ 誤嚥・窒息に注意しましょう! ⚠

給食では食材が球状や粘着性が高いもの、りんごのようにかみ砕いても硬いものの提供は控えています。ミニトマト、ぶどう、ミニカップゼリー、なめこ、うずら卵、グリーンピース、ナッツ、白玉団子、節分豆、りんご(ひよこ・りす組)は使用していません。遠足のお弁当に使用する際は、球状の食材は誤嚥防止のために半分や小さく切って入れていただくようお願いいたします。また、食事の時は姿勢を正し、食べる事に集中しましょう。食べ物を口に入れたまま走ったり、笑ったり、泣いたり、大声を出したりすると誤って吸引し、事故につながる可能性があります。

蓮代寺こども園 栄養目標量				
年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1~2歳児	520kcal	21.0g	14.6g	1.5g 未満
3~5歳児	582kcal	24.0g	18.0g	1.6g 未満
4月平均栄養量				
1~2歳児	513kcal	20.5g	16.8g	1.5g
3~5歳児	568kcal	23.1g	18.9g	1.6g

日		午前のおやつ (未満児)	昼食 *主食は主にご飯 パンの日は★ 小松産大麦を使ったメニュー 🌾	午後のおやつ(全児) 青字は手作りおやつ	離乳食(主食はおかゆ又は軟飯)
1	水	お茶 せんべい	焼きそば ヨーグルト	お茶 せんべい	鶏野菜雑炊 スティック野菜煮
2	木	お茶 ポーロ	白味噌ポトフ マカロニサラダ 甘辛肉団子	牛乳 ビスケット	小松菜のそぼろ煮 きゅうりの旨煮 味噌汁
3	金	牛乳 バナナ	サーモンフライタルタル添え 春雨のごまあえ 味噌汁(キャベツ)	カルピスポンチ	キャベツのそぼろ煮 わかめの旨煮 味噌汁
4	土	お茶 せんべい	煮込みうどん ジュース	お茶 せんべい	鶏味噌雑炊 スティック野菜煮
6	月	お茶 せんべい	豚肉のケチャップ炒め ひじき入りチキンサラダ 味噌汁(じゃがいも)	牛乳 フレンチトースト	じゃが芋のそぼろ煮 小松菜の旨煮 味噌汁
7	火	ヨーグルト	ビビンバ わかめスープ いちご	ミルクココア クラッカー	ほうれん草のそぼろ煮 スティック野菜煮 わかめスープ
8	水	牛乳 オレンジ	大麦入り鶏団子のスープ 春巻き マセドアンサラダ 🌾	牛乳 せんべい	肉じゃが きゅうりの旨煮 小松菜のスープ
9	木	お茶 ビスケット	豚肉と大豆の磯煮 ブロッコリーのごま酢あえ バナナ	牛乳 ウイナーコーンパン	ひじきのそぼろ煮 ブロッコリーの旨煮 すまし汁
10	金	お茶 ポーロ	タンドリーチキン コールスローサラダ ポテトスープ	牛乳 たいやき	キャベツのそぼろ煮 かぼちゃの甘煮 ポテトスープ
11	土		入園・進級おめでとうの会		
13	月	牛乳 ウエハース	魚の塩焼き 和風サラダ 味噌汁(さつまいも)	牛乳 たまご蒸しパン	魚の野菜あん きゅうりの旨煮 味噌汁
14	火	牛乳 クラッカー	以上児:おにぎり 鶏の唐揚げ ブロッコリーのサラダ 玉子焼き ポテト いちご (お弁当) 未満児:鶏の唐揚げ ブロッコリーのサラダ 豆腐スープ いちご	野菜ジュース バナナの スティックケーキ	ブロッコリーのそぼろ煮 さつまいもの甘煮 豆腐スープ
15	水	お茶 せんべい	大麦ごはんのカレーライス パンサンスー オレンジ 🌾	ミルク ビスケット	鶏バーグ きゅうりの旨煮 すまし汁
16	木	お茶 ポーロ	ひじき入り肉じゃが 切干大根のゴマネーズ和え バナナ	牛乳 ピザトースト	肉じゃが スティック野菜煮 すまし汁
17	金	牛乳 オレンジ	たけのこの含め煮 鶏肉のソテー ドレッシングサラダ	ヨーグルトあえ	大根のそぼろ煮 わかめの旨煮 味噌汁
18	土	お茶 せんべい	パン チーズ ジュース	お茶 せんべい	鶏野菜雑炊 スティック野菜煮
20	月	牛乳 せんべい	牛肉といんげんの炒め物 トマトときゅうりのピクルス 味噌汁(大根)	ジョア (以上児+ウエハース)	トマトのそぼろ煮 きゅうりの旨煮 味噌汁
21	火	お茶 ポーロ	ポークビーンズ スパサラダ バナナ	牛乳 クラッカー	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの旨煮 すまし汁
22	水	ぶどうゼリー	キャベツのクリーム煮 ちりじゃこサラダ ポイルウイナー ★	牛乳 マドレーヌ	キャベツのそぼろ煮 かぼちゃの甘煮 味噌汁
23	木	お茶 ビスケット	たけのこごはん 魚の西京焼き 小松菜の納豆和え すまし汁	牛乳 大学芋	さつまいものそぼろ煮 小松菜の旨煮 すまし汁
24	金	牛乳 バナナ	以上児:遠足 未満児:マーボー豆腐 シューマイ ひじきナムル	ヨーグルト	マーボー豆腐 ひじきの旨煮 すまし汁
25	土	お茶 せんべい	パン チーズ ジュース	お茶 せんべい	鶏野菜雑炊 スティック野菜煮
27	月	お茶 せんべい	鶏肉のマーマレード煮 マッシュポテト かきたま汁	牛乳 たまごサンド	大根のそぼろ煮 マッシュポテト わかめスープ
28	火	牛乳 いちご	魚の立田揚げ 小松菜の煮びたし 味噌汁(わかめ)	ミルク クラッカー	魚の野菜あん 小松菜の旨煮 味噌汁
30	木	お茶 ポーロ	ハヤシライス アニマルチーズ トマトのごま酢かけ	牛乳 バナナホットケーキ	肉じゃが トマトの旨煮 すまし汁