



もりのキッチンだより

2024. 4

ご入園、ご進級おめでとございます。新しいお友達を迎え、わくわく、どきどきの新年度が始まりました。新しい生活に、緊張と不安でいっぱいだと思いますが、毎日元気に登園してほしいと思います。給食だよりでは、給食や食育に関する様々な事をお知らせしていきます。また、日々の給食を通して、食事の大切さや食べることの楽しさを子ども達に伝えていきたいと思っています。1年間よろしくお願い致します。

給食が始まります

園では畑で採れた食材や地元の農家さんから頂いた食材を取り入れていき、素材の味・栄養に配慮した献立で給食・おやつ作りをしています。郷土料理や行事食を食育の一環とし子ども達に伝えていきたいと思っています。

園の給食に慣れるために

子どもたちが園の給食でどんなものを食べているのか、保護者の皆様も献立表をチェックしてみてください。また、ブログにて本日の献立を載せています。「今日は何を食べたのかな?」「どんな味がしたのかな?」と声をかけてあげることで【食】への関心が高まります。ご家庭でも食に関するお話をたくさんしてみてください。

給食に使用する

～お弁当箱の由来とおねがい～

東日本大震災をきっかけに当時たちはな組が「ぼくたちにできること」について話し合い、被災地での様子を見て「給食をお弁当箱にしたら…」という意見から、お弁当箱給食になりました。子ども達が一生懸命に考えた気持ちを大切にしていきたいと思っています。ご協力をお願い致します。

※お弁当箱の水分や油污れは食中毒の原因になります。しっかり洗い拭き取りをして持たせて下さい。

朝ごはんを食べましょう

朝食は一日のスタートです。朝起きたときは身体のエネルギー不足で体温も低い状態です。1回の量が多く食べられない子どもにとって朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう。

献立表

2024/04月分

東伊豆認定こども園

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	おにぎり弁当	お菓子
02	火	麦茶,アスパラガス	御飯,鶏肉のマーマレード焼き,ひじき煮,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,マカロニきな粉
03	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,松風焼き,かぼちゃのサラダ,キャベツの磯あえ	ミルク,コンフレーク
04	木	麦茶,ビスケット	肉みそうどん,ウインナーと野菜のソテー,切干大根のサラダ	ミルク,バターラスク
05	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,さばの煮付け,厚焼き玉子,三色サラダ	ミルク,おせんべい
08	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	カレーライス,キャベツのツナサラダ,青菜の卵和え	ミルク,スコーン
09	火	麦茶,アスパラガス	親子丼,三色サラダ,ひじき煮	ミルク,ドーナツごま入り
10	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,ハンバーグ,大根煮,きゃべつの胡麻マヨネーズ和え	ミルク,蒸しケーキ
11	木	麦茶,ビスケット	ミートソーススパゲッティ,厚焼き玉子,もやしとニラの和え物	ミルク,シュガーパン
12	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,鶏肉のごま味噌焼,マカロニサラダ,ほうれん草の胡麻和え	ミルク,ホットケーキ
15	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	御飯,豚豚,厚焼き卵,ブロッコリーのおかか和え	ミルク,かぼちゃのケーキ
16	火	麦茶,アスパラガス	にんじん御飯,ウインナー胡麻パン粉揚げ,根菜とひき肉のオイスター炒め	ミルク,スノーボールクッキー
17	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,マーボー豆腐,梅ドレッシングサラダ,じゃがベーコン	ミルク,マドレーヌ
18	木	麦茶,ビスケット	御飯,回鍋肉,コーンの中華和え,玉子焼き	ミルク,ジャムパン
19	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,あじフライ,サラダ,南瓜のグラッセ	ミルク,お焼き
22	月	麦茶,カルビ,さつぼろポテト	やきそば,ちくわ煮,もやしの彩り和え	ミルク,チーズ入り蒸しパン
23	火	麦茶,アスパラガス	中華どんぶり,ひじきの五目煮,三色なます	ミルク,ココアケーキ
24	水	麦茶,たべっこどうぶつ	御飯,キッズナゲット,マカロニサラダ,もやしとわかめのナムル	ミルク,クッキー
25	木	麦茶,ビスケット	ハヤシライス,コールスローサラダ,切干大根の旨煮	ミルク,シュガーパン
26	金	麦茶,とんがりコーン	御飯,さばの竜田揚げ,オムレツ,彩りお浸し	フルーツヨーグルト
30	火	麦茶,アスパラガス	カレーライス,チキンサラダ,らっきょう漬	ミルク,レモンケーキ

	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	511	19.4	17.2	194	2	178	0.3	0.38	25	4.5	1.7
目標量	576	23	16	261	2.5	212	0.31	0.36	22	3.6	1.6
充足率(%)	89	84	108	74	80	84	97	106	114	125	106
3才未満児	443	16.4	14.8	184	1.6	134	0.24	0.33	18	3.7	1.3
目標量	461	18.5	12.8	211	2.3	186	0.25	0.27	20	3.2	1.5
充足率(%)	96	89	116	87	70	72	96	122	90	116	87