

# 給食だより4月号

令和6年4月1日  
株式会社食養の杜とやま

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境での生活が始まりました。毎日元気に遊んでほしいと思います。その第一歩は朝ごはんです。朝ごはんをしっかりと食べて1日をスタートさせましょう。幼稚園給食は、家庭の味や季節感を取り入れた献立を作成し、心をこめて調理しています。お子様の健やかな成長を願って、おいしい給食の提供に努めますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



## 今月の目標は「幼稚園での食事に慣れましょう！」です。

進級のお子様はすっかり幼稚園での食事に慣れていると思います。今年入園のお子様は最初は戸惑いも多いかもしれません。幼稚園給食をご紹介します。

### 主食のごはん



主食のごはんは富山県で作られた低農薬米を使用。食物繊維・たんぱく質、ビタミンB1をはじめとした大事な栄養成分が多く含まれる五分つき米を使用しています。3分つきは食べにくいかもしれない、7分つきより栄養価の高い五分つき米は少し黄色いご飯なので子どもたちも最初は驚くかもしれませんが、幼稚園児に最適な主食だと思っています。月に数回、変わりごはんも取り入れています。

### 食物アレルギー対応

アレルギー食材はご申告に基づき、対応メニューをご提供しております。アレルギー食材が増えたり解除されたり、どうぞご相談ください。



### いっしょに食べる

お友達といっしょに食べることはリズムをもって楽しく食べることにつながります。



### おやつ

育ち盛り子どもたちが昼食だけでは足りない日中のエネルギーと栄養を補うために、未満児さんには午前と午後のおやつ、3歳以上は午後のおやつを用意しています。

もちろん、おやつもアレルギー代替品もご用意しております。

「食育」は生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てる事です。(農林水産省HPより)

子どもの心とからだの健やかな発育と健康のために、ご家庭や幼稚園での食事を大切にしましょう。

毎月19日が食育の日です。なぜ毎月19日なのか。食「いく」の「い=1」「く=9」、「しょく」育の「しょ=初=1」「く=9」、国の第1回食育推進会議が平成17年10月19日に開催されたこと、から19日になったそうです。

富山市の食育の日のテーマは昨年に引き続き「日本の味めぐり」。幼稚園では19日その日ではなくとも1か月の内のどこか1日に「日本の味めぐり」にちなんだメニューを取り入れていきます。毎月、どこの地方のどの県の名物料理が取り入れられるか、どうぞお楽しみに！



今月の「日本の味めぐり」メニューは佐賀県の「のっぺ汁」です！



「のっぺ汁」は佐賀県の家庭で伝わる汁ものです。「のっぺ」や「のっぺい」とは、片栗粉で汁にとろりとした濃度をつけていることを意味し、そのとろみとサトイモやゴボウなどの根菜がたくさん入っているのが特徴です。農林水産省HP参照

今月の目標  
幼稚園での食事に慣れましょう！



毎月19日は食育の日。今年度のテーマも昨年に引き続き「日本の味めぐり」。今月は19日に佐賀県の「のっぺ汁」を取り入れました。

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ
1	月	ビスコ/牛乳	★ 五分つきごはん・鶏の香味焼き・フライドポテト・ひじきの煮物	アツパンマンソフトせんべい/牛乳
2	火	ソフトサラダ/牛乳	★ グリンピースご飯・肉じゃが・ゆでブロッコリー・海藻サラダ	ハーベストセサミ/お茶
3	水	おこさませんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・メバルの唐揚げ・塩昆布和え・大根のマリネ	ぱりんこ/ジュース
4	木	かぼちゃせんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・焼肉・大根きんぴら・お浸し	カルシウムせんべい/牛乳
5	金	ボーロ/牛乳	★ 五分つきごはん・鮭の塩焼き・インゲンのごま和え・わかめスープ・果物	マリービスケット/野菜ジュース
6	土	ぱりんこ/牛乳	★ バターロール・ブルーベリージャム・魚肉ソーセージ・牛乳	ハッピーターン/ジュース
8	月	ソフトサラダ/牛乳	★ 五分つきごはん・鶏塩こうじ焼き・かぼちゃの煮物・ほうれん草のサラダ	きなこ餅せんべい/牛乳
9	火	雪の宿黒糖みるく/牛乳	★ 青じそごはん・卵焼き・小松菜の浸し・里芋のうま煮	ハッピーターン/お茶
10	水	おこさませんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・八宝菜風・さつまいもの甘露スライス・高野豆腐含め煮	白い風船/ジュース
11	木	ポテトとほうれん草のおせんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・赤魚のごま焼き・金時豆の煮豆・彩りなます	サラダうす焼きせんべい/牛乳
12	金	マリービスケット/牛乳	★ カレーライス・福神漬け・りんごサラダ・一口ゼリー	星食べよ/野菜ジュース
13	土	RITZ/牛乳	★ 食パン・いちごジャム・チーズかまぼこ・牛乳	プチポテト/ジュース
15	月	ハーベストセサミ/牛乳	★ 五分つきごはん・さわらのみそ焼き・エノキの浸し・厚揚げの煮物	ソフトサラダ/豆乳
16	火	ソフトサラダ/牛乳	★ ゆかりごはん・鶏のマーマレード焼・大根うま煮・三色和え	ビスコ/お茶
17	水	ぼたぼた焼き/牛乳	★ 五分つきごはん・麻婆豆腐風・こふき芋・ほうれん草のコーン和え	雪の宿黒糖ミルク/ジュース
18	木	おこさませんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・チキンハンバーグ・切干大根煮・ゆでブロッコリー	ぱりんこ/牛乳
19	金	のりわかめせんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・赤魚の塩こうじ焼き・おかか和え・のっぺ汁・果物	RITZ/野菜ジュース
20	土	カルシウム塩せんべい/牛乳	★ バターロール・ブルーベリージャム・魚肉ソーセージ・牛乳	ぼたぼた焼き/ジュース
22	月	ポテトとほうれん草のおせんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・鶏のケチャップ焼き・ひじきの煮物・キャベツのゆかり和え	ハーベストセサミ/牛乳
23	火	白い風船/牛乳	★ わかめご飯・アジの塩焼き・なすのみそ和え・小松菜の浸し	星食べよ/お茶
24	水	おこさませんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・豚肉の生姜焼き・ポテトサラダ・ブロッコリーの塩昆布和え	きなこ餅せんべい/ジュース
25	木	にんじんせんべい/牛乳	★ 五分つきごはん・さわらの照焼き・五目煮豆・甘酢和え	ぼたぼた焼き/牛乳
26	金	ソフトサラダ/牛乳	★ 五分つきごはん・鶏のから揚げ・大学芋・豆腐の味噌汁・果物	マリービスケット/野菜ジュース
27	土	サッポロポテトハンカチ/牛乳	★ 食パン・いちごジャム・チーズかまぼこ・牛乳	アツパンマンソフトせんべい/ジュース
30	火	ボーロ/牛乳	★ コーンご飯・豆腐チャンプルー・しそ和え・蒸しかまぼこ	白い風船/牛乳
19日(金)お誕生会 むらさきいもせんべい				★が主食です。