



食育だより

令和5年3月31日発行
認定こども園
里山ほのか学園
管理栄養士 横井 真依

ご入園・ご進級おめでとうございます

里山ほのか学園では、栄養・衛生面に配慮した給食を提供しています。
こども園で食事が楽しみになるよう、職員一同、日々努力をしながら
おいしい給食が提供できるよう工夫をしていきたいと思ひます。



4月の食育活動予定とお知らせ

里山ほのか学園では毎月、ママランチデー（お弁当の日）があります。
お弁当の準備をお願いいたします。（2-5歳児）
（※6月～10月は衛生面を考え、ママランチデーはありません。）
0.1歳児クラスの給食は園で準備します。

4月のママランチデーは、4月17日（月）です！

4月7日（金）お花見お弁当・・・給食をお弁当箱に詰めて提供します。（お弁当箱は園で用意します）

4月21日（金）お祝いメニュー・・・進級・入園のお祝いメニューです。
これからの給食が楽しみになるようなメニューを用意します。

こども園での食事対応について

新入園児の子どもたちも、いよいよ集団生活がはじまります。
12日からはこども園での給食も始まります。
園では、子どもたちが楽しい雰囲気の中で、食べることが「うれしい！」「おいしい！」と感じられるように
生活の中で食について経験したり、考えたりする時間を大切にしています。
年齢にあった活動を通じて、食を通して生きる力を養ってほしいと願っています。

～園での取り組み～

当園では、離乳食・アレルギー食の個別対応の給食も提供しています。

離乳食

- ★お家で食べたことのない食材は園では提供しない。（アレルギーである可能性があるため）
- ★お家での進行状況に合わせて進めていく。
- ★手づかみ食べを促すよう、野菜スティック等をつける。



食物アレルギー

- ★調理は別の調理台で行う。
- ★アレルギー対応の給食は、誰が見てもわかるよう食器とお盆の色分けをする。
- ★お盆にお名前プレートのをせ、2重・3重のチェックを行う。
- ★給食室から食事を出した時間や受け渡しの時間を、給食室・保育室の職員がそれぞれサインをして確認する。
- ★専用の机で給食を食べる。

ご家庭で

- ★朝食はなるべく家族そろってお家で食べ、歯磨きをして登園する。（夜眠っている間、口の中で増殖した雑菌を洗い流すためにも朝の歯磨きは大切です。また、家族そろって食べることで心も元気になります。）
- ★朝食を食べたら手を洗う。
- ★食べこぼしがあった場合、着替えて登園する。



子ども達がこども園で元気に安全に過ごすために、ご家庭でも以上のことを心がけ登園してください。

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
午前おやつ				
昼食メニュー				
午後おやつ				
使用食材				
3	4	5	6	7
牛乳 エイセイボーロ お粥 チンジャオロース風 野菜スープ りんご	牛乳 おせんべい お粥 豆乳シチュー 野菜サラダ バナナ	牛乳 ウエハース お粥 たららの煮つけ 白菜の味噌汁 いちご	牛乳 たまごパン お粥 鮭の野菜煮 豆腐のすまし汁 ヨーグルト	牛乳 おせんべい お粥 鶏つくねの野菜煮 野菜スープ いちご
牛乳 ウエハース 鶏ミンチ ビーマン にんじん たまねぎ はくさい	牛乳 おせんべい 鶏ミンチ じゃがいも にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	牛乳 おせんべい 鶏ミンチ にんじん はくさい えのき いちご	牛乳 ビスケット 鮭 キャベツ にんじん とうふ こまつな	牛乳 おせんべい 鶏つくね かぼちゃ にんじん ブロッコリー もやし えのき
10	11	12	13	14
牛乳 バナナ お粥 鶏つくね煮 野菜のポターージュ りんご	牛乳 ビスケット お粥 豆腐と野菜煮 みそ汁 トマト	牛乳 おせんべい 食パン ささみのケチャップ煮 野菜スープ オレンジ	牛乳 ビスケット お粥 鮭と野菜煮 スープ バナナ	牛乳 おせんべい お粥 すき焼き風 みそ汁 ヨーグルト
牛乳 ヨーグルト 鶏つくね にんじん たまねぎ ブロッコリー	牛乳 おせんべい 豆腐 だいこん にんじん たまねぎ さつまいも とまと	牛乳 ウエハース パン ささみ たまねぎ コーン にんじん キャベツ ブロッコリー	牛乳 おせんべい 鮭 たまねぎ にんじん ビーマン もやし ちんげんさい	牛乳 おせんべい 鶏ミンチ とうふ はくさい たまねぎ にんじん しめじ
17	18	19	20	21
牛乳 ビスケット お粥 ささみの野菜煮 みそ汁 りんご	牛乳 おせんべい ミートマカロニ コンソメスープ オレンジ	牛乳 エイセイボーロ お粥 ささみのほうれん草煮 すまし汁 バナナ	牛乳 おせんべい お粥 たららの煮付け 野菜のすまし汁 オレンジ	牛乳 ビスケット 野菜入りお粥 ささみと野菜の コンソメ煮 コーンスープ いちご
牛乳 ★手作りパン パン 豆腐 人参 キャベツ 鶏ミンチ コーン じゃがいも	牛乳 ★おにぎり たまねぎ にんじん マカロニ キャベツ しめじ コーン	牛乳 パンケーキ 鶏ささみ キャベツ ほうれん草 とうふ にんじん バナナ	牛乳 おせんべい たら もやし にんじん 小松菜 えのき オレンジ	牛乳 オレンジ ささみ にんじん たまねぎ コーン キャベツ じゃがいも
24	25	26	27	28
牛乳 おせんべい 野菜入りのとろとろ うどん 肉団子煮 バナナ	牛乳 ビスケット お粥 肉じゃが 白菜スープ りんご	牛乳 バナナ お粥 豆腐の野菜煮 スープ バナナ	牛乳 ビスケット お粥 鶏ミンチの甘辛炒め風 レタススープ オレンジ	牛乳 ウエハース お粥 たららの煮つけ 野菜スープ りんご
牛乳 ★スイートポテト うどん ブロッコリー コーン にんじん キャベツ しめじ	牛乳 食パン 鶏ミンチ じゃがいも にんじん 玉ネギ はくさい	牛乳 おせんべい とうふ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 バナナ	牛乳 ★かぼちゃのパンケーキ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん 小松菜 レタス トマト	牛乳 ビスケット たら こまつな にんじん たまねぎ しめじ りんご

●なかよし給食・アレルギー対応なく、全園児に同じ献立が提供できる給食

*★は手作りおやつ

*お米は福井県産コシヒカリを使用しています。

*献立は都合により変更することがありますご了承ください。