

4月献立予定表

おおつ保育園

1 小豆と芋のごはん こんこんメンチ ポテトサラダ 大根のみそ汁	2 ごはん 魚ごま焼き 白和え キャベツのみそ汁	3 ごはん 魚ハンバーグ 炒めなます じゃが芋のみそ汁	4 ごはん 鶏肉変わり焼き もやしのナムル 豆腐のみそ汁	5 梅おにぎり 鶏から揚げ 切干大根煮物 トマト・えんどう 根菜から揚げ	6 ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁
カップケーキ	大根もち	ほうれん草スコーン	芋まんじゅう	じゃこおにぎり	
8 大豆キーマカレー 梅サラダ わかめスープ	9 お弁当の日	10 ごはん 魚チーズ焼き 根菜ごま煮 じゃが芋のみそ汁	11 黒米ごはん 卵の花 もやしの酢の物 米粉シチュー	12 ごはん ホイコーロ じゃが芋の煮物 切干大根のみそ汁	13 ごはん マーボー春雨 もやしおひたし みそ汁
ホロホロクッキー	豆乳パン	夕焼けおにぎり	野菜蒸しパン	ごはんおやき	
15 ごはん 肉じゃが キャベツごま酢和え 麩と青菜のみそ汁	16 ごはん 竹の子のそぼろ煮 おひたし 豆腐のみそ汁	17 雑穀ごはん 魚ポテト焼き きんぴら キャベツのみそ汁	18 ごはん 五目豆 おひたし じゃが芋のみそ汁	19 ごはん ごろごろつくね キャベツ煮びたし 高野豆腐のスープ	20 ごはん 野菜炒め トマト みそ汁
梅おにぎり	切干大根のチヂミ	大豆おやき	チーズマフィン	焼きおにぎり	
22 雑穀ごはん 昆布の煮物 たたきごぼう バター風味スープ	23 ごはん チリコンカン 焼きじゃが芋 豆腐のみそ汁	24 ごはん 魚から揚げ あらめの煮物 もやしのみそ汁	25 誕生会 竹の子ごはん 鶏肉カレー焼き 納豆サラダ ごぼうのみそ汁	26 ごはん マーボー春雨 高野豆腐の煮物 じゃが芋のみそ汁	27 親子遠足
クラッカー	わかめおにぎり	チーズパン	おからパンケーキ	きな粉マカロニ	
29 昭和の日	30 ごはん ふぎと鶏肉の煮物 梅サラダ 切干大根のみそ汁 米粉じゃがおやき	* 都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください 2024. 4. 1			



おおつ保育園の食事で大切にしていること

- ◎ 一汁二菜を基本とし、ごはんを中心とした和食献立
- ◎ 加工食品をなるべく使わず手作りで
- ◎ 旬の野菜を使い、かむ力をつける
- ◎ 素材の味を生かして薄味で

などを大切にして食事作りをしています。

その他にも、行事食や郷土食、食事のマナー、旬の素材などを給食を通して伝えたいと思っています。

給食室は保育園の奥のほうにありますが、子どもたちは毎日のように顔をのぞかせてくれます。小さい子はガラス扉から中を覗いたり、何度も扉を開けたり閉めたりしている姿は、何とかかわいらしいです。給食室は鍵をかけていないことも多いので、どのクラスの子も「何作っとるー?」「今日のごはんなんだあ?」と給食室へ来ます。と同時にだしの香りや焼き物のいい香りも嗅いでいます。給食の時には、「これどうやって作った?」と尋ねてくる子もいたり楽しく食事をしています。

毎日何気なく食べている食事ですが、子どもたちにとっては身体の成長はもちろん、心の成長、将来の健康な身体の土台作りとなります。子どもたちの健やかな成長のため、食事作りを一緒にかんばりましょう。

(栄養士：西村・山本)