

# 4月献立表

令和7年度

みのり保育園 給食室

曜日	日にち	朝おやつ 乳児	昼食	おやつ	延長のおやつ	主な使用食材	栄養摂取量		
							項目	乳児	幼児
火	1	牛乳	☆入園・進級のお祝い☆ 桜ご飯 かまぼこと菜の花の清まし汁 鮭の竜田揚げ かぶのサラダ	牛乳 小豆の カップケーキ	ジャム トースト	油揚げ かまぼこ 鮭 卵 牛乳 卵 小豆 米 砂糖 油 片栗粉 ホットケーキミックス バター 菜の花 えのき キャベツ 生姜 かぶ かぶの葉	エネルギー	476kcal	537kcal
	15		ご飯 具沢山スープ 鮭の竜田揚げ かぶのサラダ			油揚げ 鮭 卵 牛乳 卵 小豆 鶏肉 米 砂糖 油 片栗粉 ホットケーキミックス バター キャベツ しょうが かぶ かぶの葉 人参 長葱 大根	エネルギー	483kcal	544kcal
水	2 16 30	牛乳	豚すき丼 ニラと卵のスープ ごぼうサラダ オレンジ	ヨーグルト シュガー ラスク	焼きおにぎり	豚肉 卵 味噌 卵 ヨーグルト 米 油 春雨 砂糖 食パン バター 玉葱 しょうが にら もやし ごぼう 人参 小松菜 ねぎ	エネルギー	515kcal	585kcal
木	3 17	牛乳	食パン ポテトスープ バーベキューチキン コールスローサラダ	牛乳 和風 あんかけご飯 おしゃぶり昆布	シュガー トースト	パン 鶏肉 牛乳 食パン 油 じゃが芋 砂糖 マネース 米 片栗粉 苺 ヨーグルト 玉葱 かつお にんにく 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 しょうが 大根 ほうれん草	エネルギー	466kcal	526kcal
金	4 18	牛乳	ご飯 わかめスープ 厚揚げと野菜の味噌炒め たたききゅうり	牛乳 しらすの お好み焼き	焼きおにぎり	豚肉 厚揚げ 味噌 牛乳 卵 しょうが 鰹節 米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 お好み焼き粉 マネース 長葱 玉葱 人参 椎茸 ピーマン しょうが にんにく 胡瓜 キャベツ 青のり	エネルギー	498kcal	561kcal
土	5 19	牛乳	和風うどん ブロッコリーのおかか和え バナナ	牛乳 おたのしみ	お菓子	鶏肉 油揚げ 鰹節 牛乳 うどん 油 人参 大根 ほうれん草 ブロッコリー バナナ	エネルギー	470kcal	537kcal
月	7 21	牛乳	ポークカレー 豆腐のスープ みかんサラダ	牛乳 マカロニ きな粉	焼きおにぎり	豚肉 豆腐 牛乳 きな粉 米 油 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ 玉葱 人参 しょうが にんにく トマト りんご ほうれん草 キャベツ 胡瓜 みかん缶	エネルギー	500kcal	564kcal
火	8 22	牛乳	田舎うどん 高野豆腐とひじきの含め煮 いちご	牛乳 おかかチーズ 焼きおにぎり おしゃぶり昆布	ツナトースト	豚肉 味噌 高野豆腐 ツナ水煮缶 牛乳 鰹節 チーズ うどん 油 砂糖 米 ごま 人参 大根 しめじ もやし ひじき ほうれん草 さやいんげん 苺	エネルギー	471kcal	534kcal
水	9 23	牛乳	ご飯 豚汁 鯖のおろし煮 インゲンのごまドレッシング オレンジ	ヨーグルト いちごの ライスクッキー	焼きおにぎり	豚肉 味噌 ヨーグルト 鯖 米 油 砂糖 すりごま いちごのライスクッキー 人参 大根 ごぼう 長葱 生姜 さやいんげん ねぎ	エネルギー	498kcal	571kcal
木	10 24	牛乳	バターロール 野菜ベーコンスープ チキンカツ ボイル野菜(カルピスマヨ)	牛乳 焼き豚 チャーハン おしゃぶり昆布	シュガー トースト	パン 鶏肉 卵 加工品 牛乳 焼豚 ロールパン 油 小麦粉 パン粉 砂糖 マネース 米 玉葱 キャベツ 人参 スナップエンドウ しめじ ピーマン	エネルギー	456kcal	553kcal
金	11	牛乳	たけのこご飯 かぶと玉ねぎのスープ 松風焼き ちくわときゅうりの酢の物	牛乳 ピザトースト	焼きおにぎり	油揚げ 味噌 鶏肉 卵 竹輪 牛乳 パン チーズ 米 油 片栗粉 砂糖 ごま 食パン たけのこ 人参 かぶ かぶの葉 玉葱 胡瓜 わかめ ピーマン かつお しょうが	エネルギー	468kcal	528kcal
	25	◆こどもの日行事食◆ 金太郎おむすび かぶと玉ねぎのスープ 松風焼き ちくわときゅうりの酢の物	牛乳 鯉のぼり ピザトースト	油揚げ 味噌 鶏肉 卵 竹輪 牛乳 チーズ ウイナー 米 油 片栗粉 砂糖 ごま 食パン たけのこ 人参 かぶ かぶの葉 玉葱 胡瓜 わかめ ピーマン かつお しょうが		エネルギー	468kcal	528kcal	
土	12 26	牛乳	チキンライス オニオンスープ スティック野菜のサラダ	牛乳 おたのしみ	お菓子	鶏肉 パン 牛乳 米 油 ごま油 砂糖 玉葱 人参 かつお パセリ 胡瓜	エネルギー	461kcal	521kcal
月	14 28	牛乳	大豆入りミートソース もやしとハムのスープ ブロッコリーのサラダ	牛乳 鮭ご飯 おしゃぶり昆布	ホットケーキ	豚肉 大豆水煮 卵 牛乳 鯖水煮缶 パン ケチャップ 油 小麦粉 バター 砂糖 米 玉葱 人参 しょうが にんにく かつお もやし ブロッコリー 胡瓜 しょうが 小葱	エネルギー	484kcal	545kcal

※食材の仕入れの状況によって献立が多少変更する場合がございます。予めご了承ください。



# 給食たより

入園・進級おめでとうございます🌸

爽やかな春の訪れと共にみのり保育園も新年度を迎えました。環境が変わったことで少し疲れが出やすい時期でもあります。朝ごはんをしっかり食べて体の調子を整えましょう。

今年度もみのり保育園給食室では子どもたちの健やかな成長を支えることができるよう給食づくりに努めてまいります。また、食についても関心が深まるような活動もたくさん行っていきます！

給食たよりでは、給食室のおすすめレシピや旬の食材についてお話、子どもの食事についての困りごとや疑問についてのお話などを載せていきますので、毎月楽しみにしててください！

## ❀4月の行事と食育の活動❀



### 1日(月)：入園・進級の集い

ご入園・ご進級をお祝いして子どもたちに「ひよこ」のお菓子を送ります。  
この日の給食は、桜・菜の花などの旬の食材を使用したお祝い給食です。

### 17日(月)：幼児クラス/給食目標のお話

給食室では月ごとに給食目標を立てています。4月は『食事のあいさつ』についてです。  
紙芝居を使って子どもたちに伝えます。

### 22日(火)：イースター礼拝

イースターとは、イエス・キリストの復活をお祝いするキリスト教のお祭りです。  
3・4・5歳児のお友だちはエッグハント(お菓子ハント)を行います。  
給食室からは、かわいい袋に入ったイースターエッグをプレゼントいたします。

### 25日(金)：こどもの日行事食

こどもたちの健やかな成長を願ってこどもの日にちなんだ給食を作ります。お楽しみに！



## ❀今月の給食目標❀

4月の給食目標は、

**「元氣よくいただきます」、「ごちそうさま」～食事の挨拶をしっかりしよう～**です。

みのり保育園で子どもたちに提供される給食には、保育園の職員だけでなく食材を届けてくれる地域の方々も関わってくれています。食事のあいさつには、食材やそれを運んでくれる人・食事を作ってくれている人などに向けての感謝の気持ちが込められています。

4月は新しい環境に戸惑い、食事が普段のように進まないこともあります。まずは、元気に「いただきます」から始めましょう。お友達と一緒に楽しく食事をするための第一歩です。



## ❀令和7年度 給食目標と年齢別給食栄養量❀

《給食目標》 楽しく食べて食を営む力を育てる



### ●0歳児…月齢に応じて、初期食・中期食・後期食・移行食を提供します。

離乳食各期に応じた硬さ、大きさ、味付けに配慮するとともに、手づかみたべを取り入れて手指の発達を促します。

### ●1歳児…朝おやつ(牛乳)・昼食・午後おやつを提供致します。

食具はスプーン、フォークを使用します。  
消化の悪いもの、咀嚼の難しいものは与えないようにします。

### ●2歳児…朝おやつ(牛乳)、昼食、午後おやつを提供致します。

スプーン、フォークを下持ちで使用できるようになり、自食が上手になる時期です。

### ●3・4・5歳児…昼食・午後おやつを提供致します。

料理に合わせてお箸、スプーン、フォークを適時に使用します。  
野菜の栽培や調理保育等の食体験を通して、食べ物や食事への関心を高めます。

《目標栄養量》

●0/1/2歳児 ・エネルギー：520kcal ・総脂質エネルギー比：15% ・タンパク質：19.5g

●3/4/5歳児 ・エネルギー：540kcal ・総脂質エネルギー比：15% ・タンパク質：20.3g