



4月 給食だより

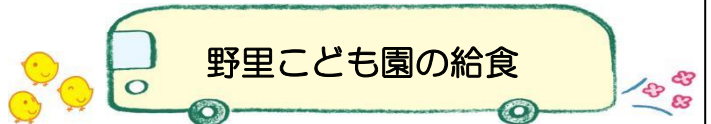
野里こども園 令和7年度

今月のねらい・・・ 園の食事に慣れる

日/曜	献立名 ★カミカミメニュー	材 料 名 旬の食材 新じゃがいも 春キャベツ たけのこ 新玉葱 アスパラガス グリンピース スナッペンどう いちご		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1/火	★豚肉と野菜のスタミナ丼 えのきのすまし汁	米 砂糖 麴	豚肉 味噌 牛乳	玉葱 人参 ピーマン キャベツ もやし 生姜 りんご えのき わかめ（乾）
2/水	ごはん 春雨の和風炒め あすか汁	米 春雨 砂糖 さつま芋	豚肉 卵 豆腐 牛乳 味噌	生姜 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 えのき わかめ（乾）
3/木	ごはん ★鶏チリ ★ブロッコリーと蓮根のごま和え ワンタンスープ	米 ごま油 砂糖 ごま ワンタンの皮（小麦粉）	鶏肉 味噌 牛乳	白葱 ブロッコリー 蓮根 人参 コーン もやし チンゲン菜
4/金	菜飯 キャベツと人参の甘酢和え ★沢煮碗	米 ごま ごま油 砂糖 片栗粉	じゃこ ツナ 豚肉 牛乳	小松菜 キャベツ 人参 胡瓜 ブロッコリー ごぼう 玉葱 えのき 白葱 三つ葉
5/土	入園式 ジャムパン りんごジュース	いちごジャムパン		りんごジュース
7/月	ごはん ポパイクリームシチュー ひじきサラダ チーズ	米 じゃが芋 小麦粉 バター ごま 砂糖	鶏肉 牛乳 ツナ チーズ	玉葱 人参 ほうれん草 しめじ キャベツ コーン パセリ 胡瓜 ひじき（乾）
8/火	カレーピラフ スパゲティサラダ 野菜のコンソメスープ	米 バター スパゲティ マヨネーズ	ハム 牛乳	玉葱 人参 しめじ パセリ 胡瓜 コーン キャベツ 大根 ブロッコリー アスパラガス
9/水	ごはん 鮭と野菜のマヨネーズ焼き かき玉汁	米 マヨネーズ じゃが芋 片栗粉	鮭 卵 牛乳	ブロッコリー 玉葱 人参 キャベツ コーン しめじ ピーマン えのき わかめ（乾）
10/木	豆腐の五目丼 小松菜と麴のすまし汁	米 片栗粉 砂糖 麴 白玉粉（米）油 小麦粉	豚肉 豆腐 チーズ 牛乳	生姜 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸 小松菜 えのき
11/金	味噌ラーメン 三色野菜のナムル 果物	中華麺 ごま ごま油 砂糖	豚肉 味噌 牛乳	玉葱 人参 キャベツ もやし コーン 青葱 ほうれん草 果物 ブロッコリー
12/土	カレーライス 果物	米 小麦粉 バター じゃが芋	豚肉 牛乳	玉葱 人参 果物
14/月	親子丼 玉葱と油揚げの味噌汁	米 じゃが芋 麴 砂糖	鶏肉 卵 豆腐 油揚げ 味噌 牛乳	玉葱 人参 青葱 干し椎茸 しめじ
15/火	中華丼 ニラともやしの中華スープ	米 砂糖 ごま油 片栗粉 小麦粉 油 ごま	豚肉 豆腐 牛乳 卵	玉葱 筍（水煮）白菜 人参 ピーマン もやし 生姜 ニラ
16/水	鶏そぼろ丼 ほうれん草のすまし汁	米 砂糖 小麦粉 油	鶏肉 豆腐 きな粉 牛乳 卵	玉葱 人参 しめじ コーン グリンピース 生姜 えのき ほうれん草 もやし
17/木	焼きそば 豆腐の味噌汁	焼きそば麺	豚肉 かつお節 豆腐 味噌 牛乳	玉葱 キャベツ 人参 もやし ピーマン えのき しめじ わかめ（乾）
18/金	カレーライス フルーツヨーグルト	米 小麦粉 バター じゃが芋	豚肉 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 しめじ 南瓜 グリンピース もも（缶）りんご みかん（缶）
19/土	ハヤシライス 果物	米 小麦粉 バター じゃが芋	豚肉 牛乳	玉葱 人参 果物
21/月	お弁当の日	カルピス 砂糖	牛乳	クールアガー ぶどうジュース

22/火	ごはん カレイの香草パン粉焼き ポテトサラダ ばち汁	米 パン粉 油 じゃが芋 マヨネーズ 素麺	カレイ ハム 油揚げ 牛乳	玉葱 パセリ 胡瓜 人参 コーン 小松菜
23/水	ビビンバ わかめスープ チーズ	米 ごま油 ごま 春雨 砂糖	鶏肉 チーズ 牛乳	もやし 人参 ピーマン 玉葱 生姜 青葱 わかめ（乾）
24/木	★シーフードピラフ スナッペンどうのごま和え 春キャベツとコーンのスープ	米 ごま 砂糖 小麦粉 バター	いか（冷）えび（冷）牛乳 卵 生クリーム	玉葱 人参 しめじ パセリ スナッペンどう 胡瓜 もやし ブロッコリー 春キャベツ えのき コーン いちご
25/金	味噌煮込みうどん ブロッコリーとしめじのおかか和え 果物	うどん（乾）砂糖	鶏肉 油揚げ 味噌 牛乳 かつお節	ブロッコリー しめじ 人参 玉葱 大根 ごぼう 青葱 胡瓜 コーン 果物
26/土	カレーライス 果物	米 小麦粉 バター じゃが芋	豚肉 牛乳	玉葱 人参 果物
28/月	パースデーメニュー ごはん ★米粉チキン ツナサラダ 新玉葱のスープ	米 片栗粉 油	鶏肉 ツナ ベーコン 牛乳	生姜 キャベツ 人参 胡瓜 もやし ブロッコリー コーン 新玉葱 白葱 えのき
30/水	梅じゃこごはん ほうれん草と人参の和え物 ★豚汁	米 ごま 食パン 砂糖 バター こんにゃく	じゃこ かつお節 豚肉 豆腐 味噌 きな粉 牛乳	梅干し 大葉 ほうれん草 人参 胡瓜 もやし しめじ 大根 ごぼう 青葱

4月の手作りおやつ	
10/木	★もちもちチーズパン
15/火	白ごまのソフトクッキー
16/水	きな粉蒸しパン
21/月	カルピスゼリー
24/木	いちごのカップケーキ
30/水	黒ごまトースト



野里こども園の給食

☆自園調理でおいしい給食☆

- ★米飯と旬の食材を多く取り入れ、薄味でも美味しく安心安全な給食作りを心掛けています。
- ★子どもの成長・生活リズムに合わせて作っています。
- ★アレルギー児には、除去食や代替食を提供しています。
誤食を防ぐために、マヨネーズは全員、アレルギー対応マヨネーズ（卵不使用）を使っています。
- ★調理中の香りを感じ、出来立ての食事が食べられます。

園の食事の良い点

① 友達と一緒に食べる効果

☆一緒に食べると心も幸せになる

☆食べることに興味を持つ子どもに育つ（食材に触れ食事を通じて食べ物をも身近に感じる）

☆苦手なものでも真似をして食べる

② 食事のマナーを身につける

☆良い姿勢で食べる ☆あいさつをする

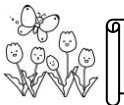
☆お箸や食器を正しく使う

③ 食文化に触れる

☆心と身体で季節を感じる

☆行事食を通じて食に親しむ





ご入園・ご進級おめでとうございます



新しい生活がスタートする4月になりました。環境の変化で疲れやすくなる季節です。朝ごはんをしっかり食べて、元気に登園しましょう。給食室では、毎日の給食を通して、食べることの楽しさや食に関する様々な体験を楽しんでもらえるように心掛けていきたいと思っています。今年度もよろしくお願いします。

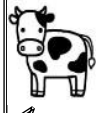
安心・安全な食材選び！

- ★お米は姫路市林田町で栽培されている片岡農園さんから無農薬・有機栽培のビタミンやミネラルが豊富な胚芽米（七分つき）を購入しています。
- ★肉や魚などの生鮮食品は、信頼のおける近くの専門店で購入しています。
- ★練り製品は添加物が含まれているので、できるだけ使用しないようにしています。
- ★果物は、ワックスやカビ防腐剤が使用されていない国産を購入しています。
- ★ゼリーやプリンはゼラチンではなく、クールアガーという海藻から採れたゼリーの素を使用しています。

こだわりの牛乳！

- ★ノンホモ（脂肪をろ過していない自然のままの牛乳です）
- ★低温殺菌処理（ミネラルやビタミンが多く残っています）

牛乳は島根県の本次牛乳を購入しています。



楽しい食事をするための3つのお願い

- ◆早寝、早起きの習慣をつけましょう
- ◆朝ごはんをきちんと食べて、元気に遊びましょう
- ◆ご家庭の食事と内容が重ならないように献立表を参考にしてください



新入園児にとっては、園で食べる初めての食事なので、4月のご家庭で食べ慣れている献立にしています。

