



きゅうしょくだより



新しいクラスでの給食。
ちょっぴり緊張するかもしれないけど、楽しく食べてね！

旬の食べ物

たけのこ・さやえんどう・アスパラガス
春きゃべつ・新ごぼう
いちご・甘夏 さわら・さより

3歳児以上 エネルギー 534kcal たんぱく質19.8g 塩分1.8g
3歳未満児 エネルギー 446kcal たんぱく質16.2g 塩分1.5g

2024

たんぽぽ保育園

日	曜日	昼食				おやつ	日	曜日	昼食				おやつ	
		主食	主菜	副菜	汁				主食	主菜	副菜	汁		
1	月	ごはん	とうふはんぱ一ぐ	じゃこにんじん	こーするー さらだ	りんごけーき ぎゅうにゅう いちご	8	月	ごはん	はるやさしいため	かぼちゃ	あおなふりかけ	わかめのみそしる	せさみとーすと ぎゅうにゅう おれんじ
2	火	ちゅうかどん	こぶきいも	こまつなのなむる	たまねぎとベーコンの スープ	おからなげつと おれんじ	22	火	ごはん	鶏肉 きゃべつ 人参 もやし 玉ねぎ たら 高野豆腐 醤油 塩 油	かぼちゃ	小松菜 しらす 醤油 ごま油 ごま 料理酒	わかめ ねぎ みそ 出汁	食パン ごま パター 三温糖
3	水	ごはん	さけのしおやき	きりぼしだいこんの かれーいため	ひじきのちゅうかさらだ	ちーずとーすと ぎゅうにゅう りんご	9	火	ごはん	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 りんご 塩 醤油 パター 米粉 カレー粉 ケ チャップ 中濃ソース	あすばらとベーコンの そてー	とまと	きゃべつとえのきのすー ぶ	しおおにぎり たくあん
4	木	にくみそすばげてい	きんときまめのあまに	やさすていっく	こまつなととうふの みそしる	食パン チーズ	23	水	ごはん	さわらのごまみそやき	たけのこと あつあげのもの	まめさらだ	じゃがいもといんげんの すましじる	けちやっぶらいす ぎゅうにゅう
5	金	ごはん	にくじゃが	ほうれんそうのなつとうあ え	はくさいとはるさめの みそしる	まからきなこ ここあぎゅうにゅう りんご	10	木	ごはん	ればにらいため	さつまいものごまに	さつま芋 ごま 三温糖	やさいすーぶ	たけのこごはん りんご
6	土	はやしらいす	たたききゅうり	ぼてととこーんのすーぶ	おほかおにぎり りんご	こめ 削り節 醤油 塩	25	金	ごはん	めだいのにつけ	こうやどうふのにくどうふ	きゅうりとしらすのすもの の	かぼちゃのみそしる	さつまいもフライ ぎゅうにゅう おれんじ
		ごはん 人参 玉ねぎ 豚肉 エリキ'トマ ト 油 ハヤシルウ	きゅうり 醤油 塩 ごま ごま油	じゃが芋 コーン 出汁 塩			12	土	やきにくどん	かぼちゃ	かぼちゃ	こまつなととうふのすまし じる	あおのりぼてと りんご	
		スパゲティ 豚挽肉 人参 玉ねぎ もやし 三温糖 醤油 味噌 片栗粉	金時豆 三温糖 醤油 塩	かぶ かぶの葉 塩 醤油 出汁	かぶのすましじる	こめ 豚ひき肉 醤油 塩 三温糖 ごま油 人参 ほうれん草 ごま	26		めだい 醤油 三温糖 酒 出 汁	高野豆腐 玉ねぎ 豚肉 醤油 三温糖 みりん 油 削り 節	きゅうり しらす わかめ 三温糖 醤油 酢	かぼちゃ 出汁 味噌	さつま芋 塩 油	

★食材の仕入れによって、メニューを変更することもあります。
★マヨネーズは、全員ノンエッグマヨネーズを使用します。
★うさぎ組はおやつで牛乳を週に2回(月・金)飲みます。 ☆こあら組は朝おやつ(豆乳)を飲みます。



たんぽぽ保育園での給食づくり

子ども達の健やかな成長・発達のためおいしく・安全な給食を心がけています。
出汁の風味を生かして薄味にし、なるべく手作りしたものを提供しています。
また、様々な食育や行事食などを通して、**食事が楽しい**と思ってもらえるように取り組みます。
乳幼児期の食生活は、生涯につながる食習慣の基礎作りです。
保育園だけでなく、家庭とも協力して、子どもの**「食」**を支えて行きたいと思えます。
よろしくお願いいたします！

たけのこが旬で美味しい季節です。

普段給食では「水煮たけのこ」を使用していますが、
『たけのこごはん』(11・25日)は生たけのこを使用します！
保育園で茹でて、子ども達の前で皮を剥いて使います。
今だけの旬の味わいを楽しみたいと思います♪



名前: やまこ ちほ子
屋久 千春 (管理栄養士)

好きな給食:
豚肉 小松菜の炒め物、アジフライ

ひとこと:
給食が「楽しい」で、登園 朝の
がワクワクする様な 朝の準備
頑張ってるかな
食育が楽しくていいですね

給食室のメンバーです。
よろしくお願いいたします！

名前: まつもと 洋子
松本 洋子

好きな給食:
カレーライス

ひとこと:
まいにち 楽しみにしてもらえよう
おいしい給食を 厨房のみならず
カを合わせて作っていきたいです
ことしも よろしくお願 いたします

名前: 木下 静恵 (管理栄養士)

好きな給食:
塩たれ鶏レバー、和風チキ
高野豆腐のそぼろあんかけ

ひとこと:
給食の時間が大好き!と喜んでくれる
かみ切ったおいしいごはんやおやつを
作りたくな
みんなと一緒に楽しく給食を食はさ

名前: 土屋 若子

好きな給食: アジフライ 筑前煮

ひとこと: 「今日の給食、なんに!」
「給食おいしかったよ」と、
みんなに、いってもらえるよう
がんばります。

名前: 高橋 洋子

好きな給食: ささりぶんに、ひじきサラダ

ひとこと: きゅうりく いっぱいたべて
もらえるようがんばります。
今学期もよろしくおかわい
します。