



令和5年度

## 認定こども園 清涼 保育園

満開の桜や色とりどりの草花に見守られ、新たな一年が始まりました。日々の生活や様々な行事を通し子どもたちの成長を支えていきたいと思ひます

今月のねらい

4月の予定  
1日 入園式  
7日 健康診断  
10日 生活安全指導  
14日 身体測定  
26日 避難訓練

### もみじ組

- 新しい環境に慣れ、安心して過ごす
- 一日の生活の流れが分かり進んで自分の事を行う
- 春の自然に触れ季節を感じる

### 桜組

- 新しい生活や環境に慣れて過ごす
- 春の自然に興味を持ち、好きな遊びを見つけて楽しむ
- 友達や保育士に親しみをもち一緒に過ごす楽しさを知る

### 桃組

- 新しい環境に慣れる
- 身近な自然に触れる
- 保育士や友達と一緒にわらべ歌や手遊びを楽しむ

5月の予定  
10日 生活安全指導  
15日 身体測定  
27日 クラス懇談会  
31日 避難訓練

自転車にお子さまを乗せるとき、ヘルメットを利用していますか？安全のためにヘルメットは必ず被らせましょう また お子さまを自転車に乗せたままその場を離れたり目を離したりしないようにしましょう



- ◇ 持ち物全てに記名してください
- ◇ 髪飾り カチューシャはつけないでください ゴムも飾りのついていないものにしてください
- ◇ 自転車 乗用車に貴重品を置いたままにしないでください
- ◇ ゆうちょ銀行の残高にご留意ください



駐車場、道路横断中 お子さまと手をつなぎましょう。他の車に巻き込まれたり 道路への飛び出しなど、危険が一杯です



令和5年度  
認定こども園  
清涼保育園

## ご入園・ご進級おめでとうございます

園での給食は、子ども達にとって楽しみのひとつであると共に、発育期の子ども達の健全な心と体を育て、望ましい食習慣の基礎をつくるためにも大切なものです。毎日の給食・おやつを通して、必要な栄養を提供するだけでなく、子ども達にとってよりよい食経験の場となるような給食を作っていきたいと思っております。

### ★ 和食を中心に

『和食(日本人の伝統的な食文化)』はユネスコ無形文化遺産に登録され、世界的にも誇れる食文化です。年中行事に合わせた様々な行事食や地域ごとの郷土料理、日本独自の食材や調理法など、健康的な日本の食文化を子ども達に伝えられるような給食を提供します。



### ★ 旬の食材をつかって

食材には、一番おいしくて一番栄養価の高い『旬』があります。旬の食材を食べる事で、その時期に必要な栄養を補うこともできます。食事の中でも四季の移り変わりを感じられる給食を提供します。



### ★ 素材の味を味わえる給食

素材のもっている味を十分に引出し、鰹・昆布・椎茸などからとった『だし』の旨味をきかせることで、少ない調味料でもおいしく素材の味を味わえるように調理しています。また、味わって食べるためには、よく噛んで食べることも大切です。しっかり噛む力がつくよう、切り方や茹で加減などを調整しています。



### ★ 食べ物を大切に、感謝の心をもって

食べ物は全て命ある生き物でした。私達は食べ物の命を頂いて、命を繋げています。食べ物が生き物であったことがわかり、食べ物に感謝する心が育つよう、調理する前の食材にふれられるよう、様々な工夫をしています。

今年度もみんなで楽しく・美味しく食べる経験を  
たくさん重ねていきたいと思います。

## お知らせ



☆給食・おやつレシピが知りたい方は、お気軽にお声かけください。問い合わせ頂いたレシピは、清涼保育園の『トピックス』に掲載されます。ホームページをご確認ください。

☆お迎えの際、お子様と一緒に給食とおやつ写真をご覧ください。

### お願い

給食の食数の関係上、お休み及び9時以降の登園の場合は、ご連絡を頂きますよう、宜しくお願い致します。



ご協力  
よろしく  
お願い  
します

### 水筒の洗い方

- ☆ ボトルの内部は、洗剤を使って柔らかいスポンジで中までしっかり洗う。  
(金ダワシは、内部を傷つけ、金属が溶け出る原因になるので避けましょう。)
- ☆ 中蓋キャップは、毎日、分解して洗う。  
(難しい場合は、何日かに一回は、パッキンなども分解して酸素系漂白剤で付け置きするか、タッパーなどに洗剤と一緒に入れてシャバシャバ振り洗いをする。)
- ☆ 洗い終わった後は、しっかり乾燥させてから新しいお茶を入れましょう。





# 2023 年度

# 4 月給食献立表



日	曜	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子を整える
1 ・ 15	土	チキンライス コンソメスープ	ジャムサンド 牛乳	鶏挽肉・普通牛乳	精白米 じゃが芋 食パン	玉葱・人参・青ピーマン トマトケチャップ キャベツ・コーン缶詰粒 いちごジャム
3 ・ 17	月	3日 赤飯 17日 ごはん 鯖の西京焼き 厚揚げと筍のおかか和え	桃のケーキ 牛乳	小豆・鯖 淡色辛味噌 生揚げ・削り節 鶏卵・普通牛乳	精白米 いりごま 薄力粉 調合油・三温糖	筍 人参 白桃缶
4 ・ 19	火 ・ 水	豚丼 小松菜のコンコンサラダ	フルーツポンチ 牛乳	豚もも 油揚げ 普通牛乳	精白米 しらたき 三温糖	玉葱・人参・えのきたけ 小松菜・緑豆もやし 蜜柑缶詰・白桃缶・パイン缶 バナナ
5 ・ 20	水 ・ 木	ごはん 鶏のちゃんちゃん焼き じゃが芋の塩昆布和え	お麩ラスク 牛乳	若鶏むね 赤色辛味噌 普通牛乳	精白米・じゃが芋 親世麩 有塩バター グラニュー糖	キャベツ・玉葱・人参 ぶなしめじ・青ピーマン コーン缶詰粒 塩昆布
6 ・ 18	木 ・ 火	ロールパン 春野菜のポトフ ヨーグルト	クッキー バナナ 牛乳	若鶏むね ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン じゃが芋 クッキー	玉葱・キャベツ 人参 アスパラガス バナナ
7 ・ 21	金	ごはん 豆腐のチリソース煮 豆苗ともやしのナムル	五平餅 牛乳	木綿豆腐 豚かた 豆味噌 普通牛乳	精白米・片栗粉 三温糖・ごま油 いりごま	玉葱・人参 青梗菜・トマトケチャップ 豆苗 緑豆もやし
8 ・ 22	土	にゅうめん 小魚スナック 柑橘類	きな粉サンド 牛乳	豚もも・油揚げ 煮干し・きな粉 調整豆乳 普通牛乳	そうめん 食パン 三温糖	白菜・人参 長葱 乾椎茸 柑橘類
10 ・ 25	月 ・ 火	カレー麻婆丼 大根のじゃこサラダ	マカロニかりんとう 桃組マカロニきな粉 そら豆 牛乳	鶏挽肉・木綿豆腐 しらす干し きな粉 普通牛乳	精白米・片栗粉 調合油 マカロニ 黒砂糖	玉葱・人参・長葱 大根・大根の葉 コーン缶詰粒 そら豆
11	火	ごはん 鮭の照り焼き ひじきと大豆の炒め煮	スナックパン 牛乳	鮭 大豆水煮缶詰 さつま揚げ 普通牛乳	精白米 三温糖 スナックパン	乾ひじき 牛蒡・人参 さやいんげん 乾椎茸
12 ・ 24	水 ・ 月	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	桜餅風蒸しパン 牛乳	若鶏むね 鶏卵 普通牛乳	精白米 薄力粉・上新粉 三温糖・調合油 甘納豆(あずき)	大根・人参 乾椎茸・乾ひじき キャベツ・緑豆もやし ゆかり・桜の塩漬け
13 ・ 28	木 ・ 金	食パン ジャーマンポテト ヨーグルト	お煎餅 柑橘類 牛乳	ウインナーソーセージ ヨーグルト 普通牛乳	食パン じゃが芋 お煎餅	玉葱 人参 青ピーマン 柑橘類
14 ・ 26	金 ・ 水	ごはん 厚揚げの味噌炒め 牛蒡サラダ	若布おにぎり 牛乳	生揚げ・豚もも 豆味噌・しらす干し マグロ水煮缶詰 普通牛乳	精白米 三温糖 マヨネーズ いりごま・すりごま	緑豆もやし ニラ・キャベツ 人参・牛蒡・水菜 コーン缶詰粒・乾若布
27	木	カレーライス マカロニサラダ	カステラケーキ 桃缶添え 牛乳	豚もも マグロ水煮缶詰 普通牛乳	精白米 じゃが芋・カレールウ マカロニ・マヨネーズ カステラ	玉葱・人参 キャベツ スナックえんどう 黄桃缶

★園で初めて口にするとおっしゃる事がないよう、献立実施までに、ご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願い致します。

★アレルギー児に対しては、アレルギー食物を除去しております

