



# 4月のきゅうしょくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園 2025.4

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1.2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 食塩相当量		
4月8日	火	ねぎ塩豚丼・豆腐ときのこのスープ・バナナ	米・豚肉・人参・もやし・ねぎ・キャベツ・玉ねぎ・レモン汁/豆腐・ベーコン・しめじ・えのきたけ/バナナ	394kcal 17.6g 0.9g	星たべよ	ホットケーキ
4月9日	水	ビビンバ丼・わかめスープ・オレンジ	米・豚肉・もやし・ほうれん草・人参・ごま/豆腐・わかめ・玉ねぎ・人参・しいたけ/オレンジ	355kcal 17.1g 1.6g	豆乳クッキー	ふラスク
4月10日	木	ハヤシライス・菜花のおかかマヨ和え・お祝いいちごゼリー	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・トマトピューレ・ハヤシルー/なばな・小松菜・人参・もやし・かつお節/いちごゼリー	407kcal 13.5g 1.7g	バナナ	ポテコ
4月11日	金	肉うどん・切干大根のさっぱりサラダ・ヨーグルト	うどん・豚肉・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・人参・かまぼこ/切干大根・人参・きゅうり・シーチキン/ヨーグルト	447kcal 45.2g 2.6g	オレンジ	おにぎり
4月14日	月	しらす菜飯・新じゃがのそぼろ煮・キャベツとささみの和え物・オレンジ	米・しらす・菜飯/じゃが芋・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・しらたき・さやいんげん/ささみ・もやし・キャベツ・人参・ごま/オレンジ	381kcal 16.8g 1.8g	ビスケット	きなこマカロニ
4月15日	火	クロワッサン・手作りミートボールスープのトマトスープ・パインサラダ・牛乳	クロワッサン/豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・しょうが・キャベツ・玉ねぎ・エリンギ・大豆・トマト/キャベツ・きゅうり・人参・パイン/牛乳	400kcal 14.6g 2.2g	バナナ	おにぎり
4月16日	水	ごはん・はんぺんのすまし汁・タラの味噌マヨ焼き・なめたけ和え・いちご	米/はんぺん・わかめ・えのきたけ・人参/たら・ノンエッグマヨネーズ・みそ/ほうれん草・もやし・人参・えのきたけ/いちご	325kcal 15.2g 2.2g	ソフトサラダ	豆腐 パンケーキ
4月17日	木	醤油ラーメン・ブロッコリーのおかか和え・バナナ	中華麺・焼き豚・しなちく・もやし・ねぎ・ほうれん草・とうもろこし・なると/ブロッコリー・人参・もやし・シーチキン・かつお節・ごま/バナナ	359kcal 19.5g 2.7g	白桃缶	焼きじゃが
4月18日	金	親子丼・絹さやと生揚げのみそ汁・フルーツ杏仁	米・卵・鶏肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・しいたけ・さやいんげん/生揚げ・さやえんどう・玉ねぎ/杏仁豆腐・フルーツミックス	462kcal 20.2g 2.1g	おやさい せんべい	野菜のチヂミ
4月21日	月	ごはん・春の春雨スープ・鶏肉のバーベキューソース・ほうれん草のぼん酢和え・チーズ	米/春雨・キャベツ・たけのこ・アスパラ/鶏肉・にんにく・ケチャップ/ほうれん草・人参・ひじき・シーチキン・ぼん酢/チーズ	393kcal 19.4g 1.5g	バナナ	サッポロポテト
4月22日	火	ごはん・キャベツと玉ねぎのみそ汁・豚肉ときのこの塩炒め・三色和え・オレンジ	米/キャベツ・玉ねぎ・油揚げ/豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・まいたけ・エリンギ・キャベツ/ほうれん草・もやし・人参/オレンジ	382kcal 19.4g 1.7g	ハッピーター ンミニ	なんちゃって 肉まん
4月23日 誕生会	水	ポークカレー・かぶのスープ・キャベツフレンチサラダ・手作りデザート	米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚肉・カレー/ウチマトピューレ/もやし・かぶ・ベーコン/キャベツ・きゅうり・とうもろこし・人参/ゼリーの素・白桃缶・みかん缶・黄桃缶・ホイップクリーム	479kcal 14.3g 2.5g	まめびよ バナナ	かつぱ えびせん
4月24日	木	ごはん・チンゲン菜のスープ・鮭の西京焼き・キャベツのおかかマヨ和え・カットゼリーりんご	米/チンゲン菜・豆腐・人参・玉ねぎ・とうもろこし/鮭・みそ・みりん/キャベツ・人参・もやし・とうもろこし・ノンエッグマヨネーズ・かつお節/りんごゼリー	407kcal 16.1g 1.7g	ばりんこ	桃のケーキ
4月25日	金	コッペパン・チリコンカーン・白菜とツナのサラダ・バナナ	コッペパン/玉ねぎ・人参・にんにく・豚ひき肉・大豆・じゃが芋・カレー/ウチマトジュース/白菜・もやし・きゅうり・シーチキン/バナナ	387kcal 15.3g 1.9g	黄桃缶	おにぎり
4月28日	月	ごはん・かぶとしめじのみそ汁・鯖の生姜煮・ほうれん草とコーンのサラダ・オレンジ	米/かぶ・しめじ・油揚げ/さば・しょうが/ほうれん草・とうもろこし・人参/ハム/オレンジ	425kcal 19.6g 2.4g	ジャム ヨーグルト	たべっこ ベイビー
4月30日	水	ベーコンとほうれん草のクリームパスタ・カラフルサラダ・バナナ	ソフト麺・玉ねぎ・ベーコン・人参・ほうれん草・豆乳・ホワイトルウ/キャベツ・きゅうり・パプリカ・人参・とうもろこし・ハム・チーズ/バナナ	472kcal 13.9g 3.2g	ビスケット	蒸しパン (さつまいも)

※4/7(月) 全園児午前おやつにりんごジュースが出ます。

- \*食材量の購入状況によっては、メニューが変わる場合もありますのでご了承ください。
- \*給食の栄養価は、文部科学省の目標摂取基準に沿って作成しております。
- \*おやつに関しては、厚生労働省の目標摂取基準に沿って作成しております。
- \*アレルギーで食べられないものに関しては、担任を通しお伝えください。



## 4月の給食目標

## 楽しく給食を食べよう

厚生労働省は食育を通じて乳幼児期に目標とする子どもの姿を示すものとして、「5つの子ども像」を掲げています。

- ①お腹がすくりズムのもてる子ども
- ②食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③一緒に食べたい人がいる子ども
- ④食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤食べものを話題にする子ども

幼児期に身についた食習慣や食に対する考え方の基礎は生涯にわたって続きます。保護者のみなさまも食事を楽しみながら、お子さまに食の楽しさや大切さを伝えるようにしましょう！

入園、進級で新たなスタートとなる4月。特に新しく入園したお友だちには、幼稚園の生活は初めてのことがたくさんで毎日ときどきしているのではないのでしょうか。4月の給食は、そんなお友だちにも楽しんで食べてもらえるように食べやすいメニューになっています。給食が毎日の楽しみになるよう、美味しい給食を作っていくたいと思います。進級したお友だちも新しいクラスで楽しく給食を食べることができたらいいですね。

みのり幼稚園では食育の一環として、3歳以上児に毎月給食目標を設定し子どもたちに食に興味を持ってもらえるよう取り組んでいます。食事のマナーが身につくよう、子どもたちの成長を先生方と一緒にサポートしていきます。



ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりです。

子どもたちが健康で元気に大きくなることを願って、安全でおいしい給食になるよう心を込めて作ります。

一年間どうぞよろしくお願いいたします。

給食室

黒寄香織 土田陽子 加藤麻美 熊本由香