



令和 7 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。新しい一年が始まります。子どもたち一人ひとりと関わりながら笑顔で過ごす保育園生活となるようにしていきたいとおもいます。一年よろしくお願いたします。

## 今月の予定

1日 入園式 10日 生活安全指導  
15日 身体測定 30日 避難訓練

## 今月のねらい



## 5月の予定

12日～24日 個人懇談会

## お願い

髪の毛を結ぶ際はゴムにしてください。

- × プラスチック製の飾り
- × カチューシャ

保育園での金銭のやり取りを無くす方向です。

保育料、諸費の引き落とし口座の残高確認をお願いします。

名前をつけましょう



## 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
- ◇ 身近な動植物や春の自然物に触れて楽しむ

## 桜組

- ◇ 新しい生活や環境に慣れて安心して過ごす
- ◇ 春の自然物に興味を持ち 戸外で遊ぶことを楽しむ
- ◇ 友達や保育士に親しみを持ち一緒に過ごす楽しさを知る

## 桃組

- ◇ 新しい環境や保育士に慣れる
- ◇ ゆったりとした雰囲気の中で興味のある玩具を見つけ安心して過ごす

園舎東側(自動ドア付近)駐車ご遠慮ください

## 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。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。

### 素材の味を味わえる給食

素材の持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。

### 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。食事を通して四季の移り変わりを感じられる給食を提供します。

### 食べ物を大切に、感謝の心を持って

食べ物は全て命ある生き物でした。私たち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るなど、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っております

### 今月の献立 pick up★

#### 桜餅風蒸しパン

桜の花びらを使った春らしいおやつです。米粉を使用し、もちりとした食感で、桜の爽やかな香りが春を感じさせてくれます。



#### 厚揚げと蒟のおかか煮

旬の蒟は、独特の香りや苦味があり、苦手な子も多いようです。園では、蒟を触ってみたり、すじ取りのお手伝いをするなど、まずは一口食べてみようと思えるような活動を取り入れています。

蒟の葉を使った蒟の葉味噌も、ごはんのお供におすすめてです。



#### 空豆

絵本『そらまめくんのベット』はいろいろなお豆が登場し、子ども達の大好きな絵本のひとつです。

空豆はふわふわの鞘が特徴で、鞘ごと触ってみたり、子ども達に鞘取りのお手伝いをしてもらうなど、空豆くんと仲良くなれるような活動をする予定です。



### お知らせ

給食だよりでは子ども達に人気のメニューや旬のレシピを用いたメニューのレシピを掲載していく予定です。

また、リクエスト頂いたレシピを法人ホームページの清涼保育園のトピックスにも掲載しています。

給食・おやつレシピが知りたい方は、お気軽にお声掛けください。



### 今月の目標

新しい環境に慣れ、  
楽しく・美味しく給食が  
食べられるようになる





# 2025 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 ・ 17	火 ・ 木	1日 赤飯 17日 ごはん 鯖の西京焼き 厚揚げと鰹のおかか煮	1日 牛乳 桜餅風蒸しパン 17日 牛乳 スナックパン	あずき・鯖 淡色辛味噌 生揚げ・削り節 鶏卵・普通牛乳	精白米・三温糖 いりごま・薄力粉 上新粉・調合油 甘納豆・スナックパン	鰹・人参 桜の塩漬け
2 ・ 16	水	豚丼 大根のじゃこサラダ	フルーツポンチ 牛乳	豚肉 しらす干し 普通牛乳	精白米 しらたき 三温糖 調合油	玉葱・人参・えのきたけ 大根・大根の葉・コーン缶詰粒 蜜柑缶・白桃缶・パイン缶・バナナ
3 ・ 18	木 ・ 金	ごはん 豆腐のチリソース煮 キャベツと若布のサラダ	みたらし五平餅 牛乳	木綿豆腐 豚肉 普通牛乳	精白米・調合油 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 キャベツ・カット若布 コーン缶詰粒
4 ・ 14	金 ・ 月	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	鶏肉 ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン じゃが芋 クッキー	玉葱・人参 キャベツ アスパラガス バナナ
5 ・ 19	土	にゅう麺 小魚スナック 柑橘類	きな粉サンド 牛乳	豚肉・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 いよかん
7 ・ 21	月	ごはん 鶏のちゃんちゃん焼き 切干大根とひじきのサラダ	揚げパン 牛乳	鶏肉 赤色辛味噌 マグロ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・調合油 すりごま・ごま油 ロールパン グラニュー糖	キャベツ・玉葱・人参 ぶなしめじ・青ピーマン 切干大根 乾ひじき
8 ・ 22	火	三色そばろごはん 春野菜の味噌汁	カレークルル そら豆 牛乳	鶏挽肉 生揚げ 豆味噌 普通牛乳	精白米・調合油 三温糖 じゃが芋 マカロニ	人参・さやいんげん コーン缶詰粒・大根 スナップえんどう そら豆
9 ・ 24	水 ・ 木	ごはん 白身魚の磯辺焼き 高野豆腐の含め煮	ココアトースト 牛乳	メルルーサ 凍り豆腐 普通牛乳	精白米・調合油 薄力粉・三温糖 食パン 有塩マーガリン	青のり 人参 さやいんげん 乾椎茸
10 ・ 23	木 ・ 水	食パン ナポリタンポテト 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 調合油 お煎餅	人参・玉葱・青ピーマン トマト大豆缶詰 トマトケチャップ いよかん
11 ・ 25	金	ごはん 厚揚げの中華炒め 牛蒡サラダ	ぼんぼこおにぎり 牛乳	生揚げ 豚肉 マグロ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・調合油 片栗粉・ごま油 マヨネーズ・いりごま 天ぷら用バター揚げ	緑豆もやし・人参 青梗菜・きくらげ・牛蒡 水菜・コーン缶詰粒 青のり・塩昆布
12 ・ 26	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・調合油 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・ぶなしめじ コーン缶詰粒・苺ジャム
15 ・ 28	火 ・ 月	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	15日 牛乳 豆乳葛餅 28日 牛乳 マカロニきな粉	鶏肉 調整豆乳 きな粉 普通牛乳	精白米・調合油 くず粉 三温糖 マカロニ	大根・人参・乾椎茸 乾ひじき・キャベツ 緑豆もやし ゆかり
30	水	カレーライス マカロニサラダ	カステラケーキ 牛乳	豚肉 マグロ水煮缶詰 ホイップクリーム 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 ロールケーキ	玉葱・人参 キャベツ ブロッコリー 苺ジャム

★園で初めて口にするとおいう事がないよう、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。

