ご入園、ご進級おめでとうございます。

ドキドキ、ワクワクしながら迎えた４月。いよいよ新年度がスタートしました。今年度も子どもたち一人ひとり、それぞれのペースを大切にしながら、色々なことをおもいっきり楽しんでいきたいと思います。

一年間よろしくお願い致します。

1	火	入園式
2	水	慣らし保育（～8 日まで）
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	体育教室
8	火	絵画教室、安全生活指導
9	水	
10	木	
11	金	英語教室
12	土	試食会（たんぽぽ組） 保育参観、試食会（桃組）
13	日	
14	月	体育教室（菫組以上）
15	火	絵画教室

16	水	
17	木	
18	金	英語教室、避難訓練
19	土	クラス懇談会（菫組以上）
20	日	
21	月	体育教室
22	火	絵画教室
23	水	クラス写真撮影
24	木	誕生会
25	金	英語教室
26	土	
27	日	
28	月	体育教室（菫組以上）
29	火	昭和の日
30	水	

今月のねらい

たんぽぽ組

- 新しい環境や保育士に慣れ、安心して過ごす。
- 安全な環境で玩具などで遊ぶ事を楽しむ。

桃組

- 新しい環境に慣れ、ゆったりと過ごす。
- 保育士と触れ合い、手遊びを楽しむ。

菫組

- 新しい環境に慣れ、安心して過ごす。
- 好きな遊びを見つけて、遊ぶことを楽しむ。

桜組

- 新しい環境に慣れ、安心して過ごす。
- 好きな玩具や場所を見つけて、遊ぶ事を楽しむ。

向日葵組

- 新しい環境に慣れる中で、生活の流れを知り、安心して保育士と関わり、生活する。
- 新しい担任や友達と一緒に好きな遊びを楽しむ。

紫陽花組

- 新しい環境での生活の仕方が分かり、身の回りのことを自分からしようとする。
- 春の自然やさまざまな素材に触れ、遊んだり観察したりする。

園からのお知らせ

☆今年度より英語教室が、金曜日の午後に変わります。レッスン（１５分）以外にも子ども達と一緒に遊んでくれます。お楽しみに！

来月の予定

10 日　保育参観、試食会（菫組）

19 日～23 日　個人懇談（新入園児）

29 日　誕生会

今月の歌

♪ちゅうりっぷ

♪むすんでひらいて

給食だより

植園清涼保育園
２０２５年度４月号

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います。

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。

食べ物を大切にし、感謝の心を持って

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います

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食材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**植園清涼保育園**のトピックスにも掲載しています。
給食・おやつのレシピが知りたい方は、お気軽にお声掛けください。

お願い

アレルギーの心配があるため、給食で提供される食材を園で初めて口にするという事がないよう、毎月の献立表をご確認いただき、提供までにご家庭で試してきいただきますよう、ご協力お願い致します。

「厚揚げと蕗のおかか煮」のレシピ

＜材料＞こども２人・大人２人分

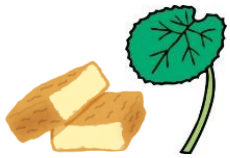
厚揚げ	100g
蕗	65g
人参	70g
鰹節	5g
だし汁	150 cc
醤油	大さじ 1/2

＜作り方＞

① 蕗は葉の部分を切り落とし、下茹でしてアク抜きをする。粗熱がとれたらスジをとり、2cm 程の長さに切る。
② 人参は銀杏切り、厚揚げは一口大に切る。
③ 鍋に人参とだし汁を入れて火にかけ、沸騰したら厚揚げ・蕗・醤油を入れて煮る。
④ 人参が柔らかくなったら鰹節を加え、さっと煮たら出来上がり！

☆ワンポイント☆

①蕗の葉はしっかり下茹でしてアク抜きをすると、蕗の葉味噌などにして食べることができます！
②蕗のスジ取りを子どもにお手伝いしてもらうのもおすすめです！



令和7年度　4月給食献立表（幼児食）

日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつの材料
1・14	火・月	赤飯(14日：ごはん) 鰆の西京焼き 春野菜の澄まし汁	もち米　精白米　小豆　炒り胡麻　塩 鰆　西京味噌　みりん　三温糖 木綿豆腐　じゃが芋　キャベツ　人参　スナップ豌豆　だし汁　醤油　塩	1・14	火・月	フルーツポンチ 牛乳	みかん缶詰　黄桃缶詰　パインアップル缶詰　バナナ 牛乳
2・16	水	豚丼 大根のじゃこサラダ	精白米　豚もも　玉葱　人参　えのきたけ　だし汁　醤油　三温糖　酒　生姜 大根　小松菜　人参　コーン缶詰　しらす干し　サラダ油　醤油　穀物酢	2・16	水	2日桜餅 16日あんまき 牛乳	米粉　薄力粉　ベーキングパウダー　三温糖　いちごパウダー　牛乳　サラダ油　桜の花（塩漬け）　こしあん 薄力粉　ベーキングパウダー　牛乳　三温糖　みりん　サラダ油　こしあん　薩摩芋 牛乳
3・18	木・金	ロールパン 春野菜のポトフ ヨーグルト	ロールパン 鶏むね　じゃが芋　玉葱　キャベツ　人参　アスパラガス　塩　ブイヨン ヨーグルト	3・18	木・金	ビスケット 3日柑橘類/18日バナナ 牛乳	ビスケット デコポン、オレンジなど/バナナ 牛乳
4・17	金・木	ごはん 豆腐のチリソース煮 キャベツと若布のサラダ	精白米 木綿豆腐　豚もも　サラダ油　玉葱　人参　青梗菜　トマトケチャップ　醤油　酒　生姜　にんにく　片栗粉　三温糖 キャベツ　若布　コーン缶詰　醤油　穀物酢　ごま油　いりごま	4・17	金・木	みたらし五平餅 牛乳	もち米　精白米　醤油　三温糖　片栗粉 牛乳
5・19	土	チキンライス コンソメスープ	精白米　鶏挽肉　サラダ油　玉葱　人参　青ピーマン　トマトケチャップ キャベツ　しめじ　じゃが芋　コーン缶詰　ブイヨン　塩	5・19	土	ジャムサンド 牛乳	食パン　いちごジャム 牛乳
7	月	ごはん 白身魚の磯部焼き 高野豆腐の含め煮	精白米 メルルーサ　酒　醤油　青のり　片栗粉　サラダ油 高野豆腐　人参　鞘隠元　干し椎茸　だし汁　醤油　みりん　三温糖	7	月	スナックパン 牛乳	スナックパン 牛乳
8・30	火・水	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	精白米 鶏むね　サラダ油　キャベツ　玉葱　人参　しめじ　青ピーマン　合わせ味噌　酒 切干大根　ひじき　水菜　ツナ　醤油　穀物酢　すりごま　ごま油	8・30	火・水	豆ごはんおにぎり 牛乳	精白米　塩　えんどう豆　塩昆布 牛乳
9・21	水・月	三色そぼろごはん 厚揚げと蕗のおかか煮	精白米　鶏挽肉　醤油　三温糖　人参　鞘隠元　コーン缶詰 厚揚げ　蕗　人参　鰹節　だし汁　醤油	9・21	水・月	カレーフライドポテト 牛乳	じゃが芋　サラダ油　ブイヨン　塩　カレー粉 牛乳
10・25	木・金	食パン ナポリタンポテト ヨーグルト	食パン ウインナーソーセージ　じゃが芋　人参　玉葱　青ピーマン　サラダ油　トマト缶詰　トマトケチャップ　ウスターソース ヨーグルト	10・25	木・金	せんべい 10日柑橘類/25日バナナ 牛乳	せんべい デコポン、オレンジなど/バナナ 牛乳
11・23	金・水	ごはん 厚揚げの中華炒め 牛蒡サラダ	精白米 厚揚げ　豚もも　サラダ油　りょくとうもやし　人参　青梗菜　きくらげ　生姜　だし汁　醤油　片栗粉　ごま油 牛蒡　人参　水菜　ツナ　コーン缶詰　醤油　マヨネーズ	11・23	金・水	マカロニ黄粉 空豆 牛乳	マカロニ　きな粉　三温糖　塩 空豆　塩 牛乳
12	土	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	精白米 鶏むね　サラダ油　大根　人参　干し椎茸　ひじき　だし汁　醤油　みりん キャベツ　りょくとうもやし　ゆかり	12	土	黄粉サンド 牛乳	食パン　きな粉　三温糖　塩　調整豆乳 牛乳
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	精白米 鶏むね　サラダ油　大根　人参　干し椎茸　ひじき　だし汁　醤油　みりん キャベツ　りょくとうもやし　ゆかり	15・28	火・月	15日カルピスケーキ 28日スイートポテト 牛乳	薄力粉　ベーキングパウダー　卵　カルピス　牛乳　サラダ油 薩摩芋　三温糖　有塩バター　牛乳 牛乳
22	火	ごはん 白身魚の塩麹焼き 春野菜の味噌汁	精白米 メルルーサ　塩麹　すりごま 厚揚げ　大根　人参　キャベツ　アスパラガス　合わせ味噌	22	火	ココア揚げパン 牛乳	食パン　サラダ油　純ココア　三温糖 牛乳
24	木	カレーライス マカロニサラダ	精白米　豚もも　じゃが芋　玉葱　人参　カレールウ マカロニ　キャベツ　スナップ豌豆　人参　ツナ　マヨネーズ	24	木	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ　ホイップクリーム　桜の花（塩漬け）　甘納豆（小豆） 牛乳
26	土	にゅうめん 小魚スナック バナナ	素麺　豚もも　油揚げ　白菜　人参　葱　干し椎茸　だし汁　醤油　塩 ごま入り味付けいりこ バナナ	26	土	黄粉サンド 牛乳	食パン　きな粉　三温糖　塩　調整豆乳 牛乳

保健だより　４月

ご入園、ご進級おめでとうございます。新入園児さんは初めての保育園で緊張の連続、在園児さんも新しい先生や教室で今までと違った環境になります。子どもは様々なことを敏感に感じ取っています。週末にはご家庭でゆったりと過ごし、たくさんスキンシップをはかり、心身の疲れをとるようにしましょう。今年度も安心、安全な保育園生活が送れるよう職員一同努めてまいります。よろしくお願い致します。

生活リズムを整えましょう

入学、進級で環境が変わった４月は生活リズムを改善する良い機会です。正しい生活リズムを身につけ、健康な体を作りましょう。

早寝・早起きをしましょう！

睡眠は脳や体の発育を促す大切な時間です。夜は 21 時頃までに眠り、朝は 7 時までに起きられるよう習慣づけましょう。朝起きるのが遅いと、夜寝るのも遅くなってしまいます。まずは早起きから始めてみましょう。

朝ごはんはしっかり食べましょう

朝ごはんを食べると体が目覚め、その日を活動的に過ごすことが出来ます。よく噛んでしっかり食べましょう。

うんちは出たかな？

朝ごはんを食べると腸の動きが活発になり、うんちが出やすくなります。朝は何かと忙しいですが、朝食の後にトイレで座る時間を作りましょう。

園でお預かりする薬について

薬を持参する場合は、次のことを守ってください。

- ●医師に処方された薬以外はお預かりできません。
- ●痛み止めや解熱剤などの頓服薬はお預かりできません。
- ●キッズノートの投薬依頼書を入力してください。薬の説明書の写真を必ず添付してください。
- ●投薬が数日間続く場合でも必ず毎日依頼書を作成してください。
- ●水薬は１回分のみを容器に入れてお持ちください。
- ●医師の指示した内服期間を過ぎたものはお預かりできません。
- ●薬袋にも必ず名前を記入してください。
- ●薬は薬連絡票とともにジップロックなどの袋に入れ、登園時に必ず保護者の方が手渡しで保育士に渡すようにしてください。

園医紹介

・若月子どもとアレルギーの病院

名古屋市名東区高針荒田 1901
若月　準先生

・デンタルオフィス若

名古屋市名東区代万町 3－11－1
星ケ丘ドクターズビル 2 階
若山　浩一郎先生

上記の医師による内科検診を９月・２月の年に２回、歯科検診を６月に実施いたします。