

# 給食だより

令和5年 4月号



社会福祉法人 晋栄福祉会 新福島ちどり保育園  
給食担当 富士産業(株) 栄養士 谷末 明子  
西尾 真理子



## ご進級、ご入園おめでとうございます



新しいお友だちを迎え、新年度がスタートしました。

これから始まる新しい環境の中、みんなで食べる食事に喜びや興味が持てるように  
いろいろな献立を考え、楽しい給食、おやつ時間となるように安全でおいしい  
給食を提供してまいりますので、一年間どうぞよろしくお願いいたします。

### 新福島ちどり保育園の給食について

- 旬の食材や行事食をとり入れ、季節感が味わえる献立内容です。
- できる限り国産で、安全な食材を使用する。
- 週5日間の手作りおやつを実施。
- 素材の味を生かした、薄味での調理を心がけていきます。
- 個別の離乳食・アレルギー対応を行っています。
- 天然のかつおや昆布だしを使用。



### 離乳食について



離乳食は、毎日の幼児食の献立で使用する食材の中から、ご家庭と相談しながら一人  
ひとりの発育や食事の進み具合に応じて進めていきます。食材を選ぶ前提として、ご家庭  
で食べたことがあるものや、食事の状態を聞き取りしながら、食の形状などを決めていき  
ます。子どもたちの今後の豊かな食生活を送る為の大切な準備期間なので、いろいろな  
食べ物に慣れ、無理なく丁寧に進めていけるようにしていきます。

## なかよし給食について

新福島ちどり保育園では「食べる事が楽しいな」と感じられるように、食に関する経験  
を積み重ね、健康な生活の基礎となるよう「食を営む力」を育むことを目標とします。  
また、アレルギーのある子どもない子ども楽しい雰囲気と一緒に給食を食べさせたいという  
願いから卵と乳製品を使っていない「なかよし給食」を行っています。  
※その他のアレルギーがある場合は、個別で対応します。  
※おやつでの牛乳は提供させていただきます。



## ご当地メニュー始めます！

今年度は毎月、日本全国のご当地メニューを取り入れていきま  
す。自分たちが住んでいる日本・都道府県・地域にちなんだ料理や  
食材を知る機会になればと思っています。

### 4月は北海道です！！

豚丼:甘辛いタレで味付けした豚肉をご飯の上にのせたもの。

ほうれん草とコーンの和え物:とうもろこしは北海道が生産量1位です。

三平汁:魚と野菜を具に魚から出る塩味を生かした汁もの。



### 4月の目標

保育園の給食に慣れる

### 今月の予定

4/1(土) 入園式  
4/3(月) 進級式  
4/20(木) お楽しみ会



### 展示食

毎日の給食とおやつを展示してい  
ます。子どもたちがどれくらいの量  
を食べているのかなど、お子様と一  
緒に見ながら、話をしてみてください  
いね。



2023年 4月 新福島ちどり保育園献立表

		行事食メニュー													
		1	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15	
		土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	
乳児 おやつ	動物ビスケット 低脂肪牛乳	きな粉ウエハース 低脂肪牛乳	うす焼き 低脂肪牛乳	のりもの・ミレービスケット 低脂肪牛乳	うの花クッキー 低脂肪牛乳	ミレービスケット 低脂肪牛乳	動物ビスケット 低脂肪牛乳	きな粉ウエハース 低脂肪牛乳	うす焼き 低脂肪牛乳	のりもの・ミレービスケット 低脂肪牛乳	こめせんべい・ラムネ 低脂肪牛乳	ミレービスケット 低脂肪牛乳	動物ビスケット 低脂肪牛乳		
	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶		
行事	入園式	進級式								身体測定(乳児)	身体測定(幼児)				
昼食	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g ☆鶏肉と大根の煮物 鶏コマ肉 50g 大根 40g 人参 15g 穀物酢 4g 濃口醤油 4g 料理酒 4g 三温糖 2.5g しょうが(おろし) 0.5g かつおだしパック 0.5g まびき菜 10g ☆プロッコリーのしらす干し 3g プロッコリー 35g カトワカ 0.5g しらす干し 5g 三温糖 1.5g 濃口醤油 3g <b>☆味噌汁</b> 大豆 15g しめじ 5g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆節ごはん</b> 精白米 50g たけのこ 8g 油揚げ 3g えのき 3g 薄口醤油 3g 食塩 0.1g かつおだしパック 0.7g <b>☆儂の西京焼き</b> さわら 40g 料理酒 1g 三温糖 1.5g 白みそ 2g すりごま(白) 0.3g キャノラ油 0.5g <b>☆ほうれん草和え物</b> ほうれん草 30g 人参 10g コーン 5g 味噌 5g 三温糖 0.2g 赤かまぼこ 3g カトワカ 0.3g みつば 1g 薄口醤油 4g 料理酒 2g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆ごはん</b> <b>☆鶏の唐揚げ</b> 鶏もも肉 50g しょうが(おろし) 0.5g 料理酒 0.5g 三温糖 2g 濃口醤油 3g 片栗粉 5g キャノラ油 4g <b>☆ゆでプロッコリー</b> プロッコリー 20g 食塩 0.1g <b>☆マカロニサラダ</b> シェルマカロニ 10g きゅうり 10g シンチン 7g マヨネーズ 5g 薄口醤油 0.5g <b>☆味噌汁</b> 南瓜 15g 油揚げ 3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g <b>☆豆腐ハンバーグ</b> 木綿豆腐 20g 豚ミンチ 25g 玉葱みじん 10g 人参 10g キャノラ油 1.5g しょうが(おろし) 1g 丸鶏がらスープ 0.2g <b>☆粉吹きも</b> 大豆 20g パセリ粉 0.1g <b>☆大根サラダ</b> きゅうり 10g 大根 35g しらす干し 5g まびき菜 5g 味噌 0.2g 三温糖 0.2g <b>☆コンソメスープ</b> 玉葱 15g 人参 5g パセリ粉 0.1g コンソメ 1.2g	<b>☆マーボー丼</b> 精白米 50g とうふ 50g 豚ミンチ 20g 玉葱みじん 15g 人参 10g キャノラ油 1.5g しょうが(おろし) 1g 丸鶏がらスープ 0.2g 三温糖 1.5g 濃口醤油 2g 赤だし味噌 4g 片栗粉 1.5g ねぎ 3g <b>☆ナムル</b> もやし 35g きゅうり 5g ロースハム 5g ごま油 0.2g 三温糖 0.2g 穀物酢 2g 濃口醤油 3g <b>☆中華スープ</b> ほうれん草 12g コーン 5g 濃口醤油 1g 丸鶏がらスープ 0.7g	<b>☆かやくうどん</b> うどん 100g 鶏コマ肉 20g 三温糖 0.4g 濃口醤油 0.8g 白菜 10g 人参 10g しめじ 10g 食塩 0.2g 三温糖 2g 薄口醤油 4g かつおだしパック 1.5g ねぎ 2g <b>☆南瓜のそぼろあんかけ</b> 南瓜 50g 鶏ミンチ 5g 三温糖 1.5g 濃口醤油 2.5g すりごま(白) 0.2g <b>☆味噌汁</b> えのき 10g おつゆ麩 1g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g <b>☆ロールパン</b> 無塩ロール 60g <b>☆シチュー</b> 鶏コマ肉 30g 人参 15g コーン 5g キャノラ油 1g 小麦粉 5g 調理豆乳 70g 水 30g コンソメ 1.5g 食塩 0.1g <b>☆野菜サラダ</b> キャベツ 30g きゅうり 10g ロースハム 5g 味噌 4g <b>☆フルーツポンチ</b> 黄桃缶 10g パイン缶 15g バナナ 20g	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g <b>☆タラのゴマ味噌焼き</b> たら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 2g 三温糖 2g 濃口醤油 0.5g すりごま(白) 0.5g <b>☆納豆</b> 納豆 20g <b>☆おかか和え</b> 白菜 30g ほうれん草 10g 人参 5g 三温糖 1g 薄口醤油 2g 花かつお 0.2g <b>☆すまし汁</b> ソフト豆腐 15g えのき 5g 薄口醤油 4g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g <b>☆白身魚の香味焼き</b> ホキ 40g ねぎ 1g 味噌 3g みりん風 4g ごま油 0.3g <b>☆和風炒め</b> 太もやし 20g ほうれん草 10g 人参 5g コーン 5g 切干大根 8g まびき菜 8g ロースハム 5g マヨネーズ 5g 味噌 1g <b>☆味噌汁</b> 南瓜 15g 玉葱 5g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆鶏の照り焼き丼</b> 精白米 50g 鶏もも肉 40g 濃口醤油 3g 三温糖 2g キャベツ 20g 刻みのり 0.2g <b>☆マヨ醤油和え</b> プロッコリー 20g 太もやし 15g 人参 5g 人参 5g 焼竹輪 5g マヨネーズ 5g 濃口醤油 2g <b>☆味噌汁</b> カトワカ 0.3g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	<b>☆ごはん</b> 精白米 50g <b>☆すき焼き風煮</b> 牛肉 30g キャノラ油 0.5g 三温糖 0.5g 濃口醤油 1g 焼き豆腐 30g 白菜 15g 玉葱 15g 糸こんにやく 8g 人参 8g おつゆ麩 1g <b>☆もずく酢</b> 味噌付もずく 30g 大根 10g しらす干し 5g <b>☆味噌汁</b> 大豆 15g 油揚げ 2g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g				
	午後おやつ	<b>☆りんご</b> りんご 33.33g ホットケーキミックス 15g ベーキングパウダー 0.8g 食塩 0.1g キャノラ油 4g 調製豆乳 4g 黒砂糖 2g 裏ごしかぼちゃ 15g	<b>☆黒糖蒸しパン</b> ホットケーキミックス 15g ベーキングパウダー 0.8g 調製豆乳 15g キャノラ油 2g 黒砂糖 2g	<b>☆バナナケーキ</b> ホットケーキミックス 20g ベーキングパウダー 0.6g 三温糖 6g キャノラ油 6g 調製豆乳 20g バナナ 15g	<b>☆お麩ラスク</b> おつゆ麩 2g キャノラ油 1.5g 三温糖 0.5g きな粉 1g	<b>☆ツナおにぎり</b> 精白米 35g シンチン 10g 濃口醤油 0.5g	<b>☆市販おやつ</b> ミレービスケット 6g きな粉ウエハース 6g	<b>☆ゆかり黒布おにぎり</b> 精白米 35g 塩昆布 0.8g ゆかり 0.2g ごま(いり) 0.2g	<b>☆豆乳ココアプリン</b> 調製豆乳 50g 三温糖 10g 水 3g ココア 0.4g ゼラチン 0.8g	<b>☆きなこクッキー</b> ホットケーキミックス 7g 小麦粉 3g 三温糖 2.5g キャノラ油 2.5g 調製豆乳 2g きな粉 0.4g	<b>☆オレンジゼリー</b> オレンジジュース 50g 水 20g 三温糖 3g 粉寒天 0.35g	<b>☆納豆トースト</b> 麦ロール 17.5g マヨネーズ 4g 挽きわり納豆 6g 刻みのり 0.2g	<b>☆フルーツ</b> バナナ 33.33g		
	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆お茶</b> ○ほうじ茶 150g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆お茶</b> ○ほうじ茶 150g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g	<b>☆牛乳</b> ○牛乳 200g

※納入都合などにより、一部献立や食材の変更等が場合があります。その際はご了承願います。

2023年 4月 新福島ちどり保育園献立表

		17	18	19	20	21	22	24	25	26	27	28		行事食メニュー
		月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金		
乳児朝おやつ		きな粉ウエハース 低脂肪牛乳	うず焼き 低脂肪牛乳	のりもの・ミレービスケット 低脂肪牛乳	うの花クッキー 低脂肪牛乳	ミレービスケット 低脂肪牛乳	動物ビスケット 低脂肪牛乳	きな粉ウエハース 低脂肪牛乳	うず焼き 低脂肪牛乳	のりもの・ミレービスケット 低脂肪牛乳	こめせんべい・ラムネ 低脂肪牛乳	ミレービスケット 低脂肪牛乳		
		かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶	のりわかめせんべい ほうじ茶	かぼちゃせんべい ほうじ茶	にんじんせんべい ほうじ茶		
行事		ご当地メニュー			お楽しみ会	避難訓練					ミニ音楽会	絵本シアター 絵本貸し出し		
昼食	☆ごはん	☆豚丼 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 〜ご当地メニュー北海道〜 ☆豚丼 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆ごはん 精白米 50g 精白米 50g さくら 40g 料理酒 1g しょうが(おろし) 0.2g 味噌 4g 三温糖 2g 濃口醤油 2g こねぎ 2g ☆キャベツ キャベツ 20g 食塩 0.1g ☆和え物 もやし 20g 小松菜 10g しめじ 5g 人参 5g ロースハム 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2.5g ごま油 0.1g ☆清汁 絹ごし豆腐 15g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆焼きそば 中華めん 90g 豚肉 25g キャベツ 15g 人参 10g 玉葱 10g キャノラ油 1g 食塩 0.4g ウスターソース 5g ケチャップ 2.5g 濃口醤油 5g あおのり 0.1g ☆お浸し 白菜 40g さつま揚げ 5g 三温糖 1g 濃口醤油 2g ソフト豆腐 15g なめこ 5g ねぎ 2g 味噌 5g かつおだしパック 1.2g だし昆布 0.3g	☆茶碗蒸し 精白米 50g 焼き豚 13g 玉葱 19g 人参 10g 赤かまぼこ 5g コーン 5g キャノラ油 0.5g 丸鶏がらスープ 1.2g 食塩 0.1g 薄口醤油 2g ☆たけのこのおかしら たけのこ 10g 白菜 25g 小松菜 10g 三温糖 1g 濃口醤油 0.2g マヨネーズ 5g 花かつお 0.3g ☆中華スープ ソフト豆腐 10g ほうれん草 10g 丸鶏がらスープ 1.8g 濃口醤油 1.1g 料理酒 1.1g				
	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	☆ごはん	
午後おやつ	☆豆腐ドーナツ	☆りんご煮しパン	☆かぼちゃプリン	☆スイートポテト	☆にんじんケーキ	☆市販おやつ	☆高野ラスク	☆ごまクッキー	☆おかしにぎり	☆スイートポテト	☆オレンジ			
	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳	☆牛乳		

※納入都合などにより、一部献立や食材の変更等が場合によってあります。その際はご了承願います。