

青葉を吹き渡る快い風の中で、園内には子どもたちの元気な歓声があふれています。

園では、4月から給食職員の充実を行い、濱田、田川の栄養士2名、住田、藤本の調理員2名の新たな体制で子どもたちに給食を提供しています。

給食は、健康な生活と成長の基本として、子どもたちが生活と遊びの中で、意欲を持って食に関わる体験をとおして、食べることを楽しみ、みんなと食事を楽しみ合いながら「食を営む力」の基礎を育むことを目指しています。

これに向けては、衛生管理の徹底と、ゆとりある食事時間を確保することにより、安全で安心できる食事を提供するとともに、子どもたちにとって、美味しく、魅力的なものとなるような多彩なメニューの提供と、給食の質の向上に努めていきます。

また、食育として、様々な経験をとおして自然の恵みとしての野菜や果物、肉や魚などの食材や調理への関心を高めて、食べることを楽しむことを、全職員が食育の目標、内容、配慮事項を共有し、チームとして育てていきます。

さらに、食物アレルギーへの対応や離乳食の進め方などについても、子どもたち一人ひとりに応じて、保護者の方との連携と協力を得ながら進めていきます。



## ☆ 4月から毎日の午後のおやつを「手づくりおやつ」に変更しました ☆

4月から副食費を月額4,500円から4,700円に引き上げさせていただきました。

これに応じて、週2回の午後の「手作りおやつ」を、月曜日から金曜日までの**毎日「手作りおやつ」**を提供するように変更しました。

手づくりケーキやクッキー、どら焼き、フルーツゼリーなど、毎日、工夫を凝らしたおやつを心を込めて作って提供しています。

子どもたちは、今日は、どんなおやつが食べられるかなと楽しみに待っています!!!

## ☆ 5月から給食メニューと内容を充実しました ☆

また、5月から昼食のメニューを全面的に見直し、新たなメニューを多く追加しました。

毎日の主食、主菜、副菜、果物に汁物を必ず加えることにしました。果物は、缶詰のフルーツなども使って、桃やパイナップル、キューイフルーツなど、種類を豊富にしました。

主菜にはキャベツなどの付け合わせを加えたり、色合いにも工夫して、子どもたちの食べる意欲が大きく湧いてくるような工夫を行っています。

さらに、誕生日や季節の行事での特別食の提供に加えて、子どもたちの食への関心が高まり、興味が広がっていくよう、毎月、**世界各国の名物料理や全国各地の郷土料理**をメニューに組み入れることにしました。食を通して世界の異文化に親しんだり、旬の食材や伝統の味を知って、子どもたちにとって給食の時間が、より楽しい時間になるよう取り組んでいます。

「今日のメニュー」は、毎朝、玄関に掲示し、提供後には給食の現物を展示しています。是非、お子さんと一緒にご覧いただき、会話を楽しんでいただきますようお願いいたします。

### (5月) 世界各国の名物料理は・・・中国 (China) 全国各地の郷土料理は・・・栃木県

5月13日(月)の提供

☆チャーハン(炒飯)

☆ぎょうざ(餃子)

☆中華風豆腐スープ

☆杏仁豆腐

5月16日(木)の提供

☆宇都宮焼きそば

☆けんちん汁

☆白桃缶



☆☆☆6月の世界各国の名物料理、全国各地の郷土料理もお楽しみに～♪♪♪



# 5月の献立



令和6年5月  
社会福祉法人 見真会 明光保育園

日付	献立名			材料名・体内ではたらし			栄養価 エネルギー (幼児)
	午前おやつ (0, 1, 2歳)	昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	
1 (水)	牛乳 ジャムトースト	ごはん 鯖の味噌煮 ほうれん草のかき卵汁 みかん缶	牛乳 ココアケーキ	牛乳 鯖 味噌 卵	米 砂糖 片栗粉 ホットケーキMIX パター	いんげん 生姜 ねぎ ほうれん草 みかん	583Kcal
2 (木)	牛乳 Caせんべい	ごはん 鶏とごぼうの味噌マヨ焼き ポイルキャベツ すまし汁 白桃缶	牛乳 鯉のぼりクッキー	牛乳 鶏肉 豆腐 卵 味噌	米 マヨネーズ 砂糖 バター 小麦粉	ごぼう 人参 ねぎ キャベツ えのき 白桃	616Kcal
3 (金)	憲法記念日 休日保育						
4 (土)	みどりの日 休日保育						
5 (日)	こどもの日 休日保育						
6 (月)	振替休日 休日保育						
7 (火)	牛乳 かぼちゃ せんべい	食パン 自身フライ スパソテー キャベツのゆかり和え パイン缶	牛乳 スイートポテト	牛乳 カレイ 卵 しらす干し 生クリーム	食パン 油 ごま 小麦粉 パン粉 スパゲティ 砂糖 バター ジャム さつまいも	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり パイン	611Kcal
8 (水)	牛乳 チーズ	ごはん 豚肉の生姜焼き風 白菜と人参のみそ汁 なし缶	牛乳 フルーツサンド	牛乳 豚肉 生クリーム 味噌 油揚げ	米 食パン 砂糖	生姜 玉ねぎ キャベツ 人参 白菜 なし 桃	598Kcal
9 (木)	牛乳 バナナ	ごはん 肉団子甘酢煮 ほうれん草の白和え さつま芋のみそ汁 キウイフルーツ	牛乳 みかんゼリー	牛乳 肉団子 鶏肉 豆腐 油揚げ 味噌	米 片栗粉 砂糖	バナナ 人参 ビーマン 玉ねぎ ねぎ ほうれん草 キウイフルーツ みかん	566Kcal
10 (金)	牛乳 きな粉トースト	豆ごはん 自身魚のごまみそ焼き ひじきサラダ 黄桃缶 みそ汁	牛乳 クッキー	牛乳 きな粉 タラ 卵 味噌	食パン 米 砂糖 パター じゃが芋 ホットケーキMIX マヨネーズ	グリーンピース キャベツ 桃 玉ねぎ ねぎ 人参 きゅうり	633Kcal
11 (土)	牛乳 豆乳ココア クッキー	ごはん 豚肉と野菜の卵とじ 五目スープ バナナ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 豚肉 卵 ベーコン きな粉	米 春雨 マカロニ 砂糖 油 きな粉	玉ねぎ 人参 ビーマン ほうれん草 しいたけ もやし バナナ	595Kcal
12 (日)	🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️ 休日保育 (お弁当を持って来て下さい。) 🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️						
13 (月)	牛乳 かぼちゃ ポーロ	<b>中華の日</b> 餃子 中華風豆腐スープ 杏仁豆腐	牛乳 どら焼き	牛乳 卵 ウィナー 豆腐	米 油 片栗粉 パター 砂糖 小麦粉	玉ねぎ ミックスベジタブル 人参 ほうれん草 バナナ	634Kcal
14 (火)	牛乳 米粉ロール クッキー	ごはん 鶏肉の唐揚げ南蛮 粉ふきいも 野菜たっぷりスープ みかん缶	牛乳 バナナパウンド ケーキ	牛乳 鶏肉 ベーコン 小豆	米 砂糖 片栗粉 ジャム じゃがいも ホットケーキ MIX	白菜 人参 玉ねぎ コーン みかん 生姜 バナナ	648Kcal
15 (水)	牛乳 紫芋の せんべい	ごはん タラの西京焼き キャベツのゆかり 和え 豆腐とえのきのみそ汁 パイン缶	牛乳 ココロラスク	牛乳 タラ 豆腐 味噌 しらす干し	ごはん 砂糖 油 食パン	キャベツ 人参 えのき ねぎ パイン	572Kcal
16 (木)	牛乳 バナナ	<b>宇都宮焼きそば</b> けんちん汁 白桃缶 <b>栃木県 郷土料理</b>	牛乳 枝豆チーズ春巻	牛乳 豚肉 卵 揚げ チーズ 豆腐	中華そば 油 砂糖 ごま油	ねぎ キャベツ もやし 人参 ビーマン 白桃 大根 ごぼう	637Kcal
17 (金)	牛乳 ジャムトースト	ごはん 鮭のポテサラ焼き 人参グラッセ コンソメスープ キウイフルーツ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 鮭 卵 ベーコン	じゃが芋 食パン ごはん 砂糖 ホットケーキMIX	人参 コーン 玉ねぎ りんご キウイフルーツ	588Kcal
18 (土)	牛乳 小魚せんべい	ごはん 豚肉のみそ焼肉 三色生酢 黄桃缶	牛乳 フルーチェ	牛乳 豚肉 しらす干し	米 ごま 砂糖	キャベツ 人参 ほうれん草 大根 きゅうり 黄桃	584Kcal
19 (日)	🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️ 休日保育 (お弁当を持って来て下さい。) 🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️						
20 (月)	牛乳 人参せんべい	ごはん 鯖と野菜の包み焼 かき卵きのこスープ オレンジ	牛乳 リンゴの パウンドケーキ	牛乳 さわら 卵 味噌	ごはん パター 砂糖 小麦 粉 ごま油 片栗粉 マヨネーズ	ビーマン 人参 オレンジ しいたけ えのき ほうれん草 りんご	613Kcal
21 (火)	牛乳 ソフト小魚 せんべい	たまごサンド ウィナーとじゃがいものソテー トマトスープ キウイフルーツ	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 ウィナー ベーコン 卵	食パン じゃが芋 砂糖	玉ねぎ トマト プロコッリー 桃 みかん キウイフルーツ	623Kcal
22 (水)	牛乳 ジャムトースト	ごはん 赤魚の照り焼き さのこのソテー ほうれん草のすまし汁 バナナ	牛乳 スノーボール	牛乳 赤魚 卵	ごはん 砂糖 パター ホットケーキMIX	しめじ えのき 玉ねぎ 人参 ビーマン ほうれん草 バナナ	602Kcal
23 (木)	牛乳 バナナ	豚汁うどん いんげんの胡麻和え マンゴー缶	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 豚肉 卵 かまぼこ 油揚げ	うどん さつまいも ごま 砂糖 ホットケーキMIX	大根 玉ねぎ ねぎ いんげ ん コーン 白菜 人参 マンゴー	584Kcal
24 (金)	牛乳 フルーツ ヨーグルト	ビビンバ丼 中華スープ 杏仁豆腐	牛乳 ドーナツ	牛乳 豆腐 牛肉 卵	ごはん ごま油 砂糖 白 玉粉 ホットケーキMIX	ほうれん草 人参 もやし ニンニク 生姜 白菜 ねぎ	583Kcal
25 (土)	牛乳 マンナウェー	ロールパン 野菜コロケック ポイルキャベツ コンソメスープ バナナ	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 ウィナー	ロールパン 砂糖 じゃが芋	キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ バナナ パイン マンゴー	616Kcal
26 (日)	🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️ 休日保育 (お弁当を持って来て下さい。) 🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️🌤️☁️						
27 (月)	牛乳 のりもの ビスケット	麦ごはん 豆腐と豚肉のチャンプルー かぼちゃみそ汁 パイン缶	牛乳 マフィン	牛乳 豆腐 豚肉 卵 味噌	米 砂糖 ホットケーキMIX パター	ビーマン 人参 たまねぎ キャベツ かぼちゃ ねぎ パイン	595Kcal
28 (火)	牛乳 米粉ロール クッキー	ごはん 鮭の香草焼き アスパラソテー ポテトスープ バナナ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 鮭 ベーコン ヨーグルト	米 パン粉 じゃが芋 砂糖	アスパラ たまねぎ バナナ みかん 黄桃	579Kcal
29 (水)	牛乳 紫芋の せんべい	<b>NEW!</b> チキンライス 手作りハンバーグ 粉ふき草 胡麻しりしめえ オレンジ	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ウィナー 牛肉 豚肉 卵 ハム	米 じゃが芋 砂糖 バター 食パン パン粉	プロコッリー にんじん グリーンピース コーン 玉ねぎ オレンジ	646Kcal
30 (木)	牛乳 シュガー トースト	ごはん 豚肉となすのみそ炒め 春雨の中華サラダ 野菜スープ みかん缶	牛乳 ドライフルーツ入 パウンドケーキ	牛乳 豚肉 味噌 ハム 卵	米 春雨 食パン 油 砂 糖 小麦粉 パター	なす 玉ねぎ ビーマン 人 参 ねぎ キャベツきゅう り みかん	569Kcal
31 (金)	牛乳 かぼちゃ ポーロ	ハヤシライス グリーンサラダ なし缶	牛乳 アップルパイ	牛乳 牛肉	米 油 小麦粉 パター 砂糖	玉ねぎ マッシュルーム 水菜 コーン 人参 ナ みかん キャベツ りんご	626Kcal

**5月の予定**  
23日(木) 遠足<白・青・黄組>  
29日(水) 誕生日会

5月23日(木) 白・青・黄組は  
**おべんとうの日** ※遠足のため  
※桃・赤・ひよこ組には、給食を提供します。

忘れずに  
持ってきて  
くださいね!

※メニュー、食材は、仕入の都合で  
変更となることがあります。  
給食だより担当:  
栄養士: 濱田 裕子, 田川 喜子  
調理員: 住田 郁子, 藤本 麻由子