



ご入園、ご進級おめでとうございます。

新しい園、新しいクラス、新しい友達、新しい先生とドキドキ、ワクワクの新年度がスタートします。

毎日の給食を通して食べることの楽しさや食に関する様々な体験を楽しんでもらえるように心掛けていきたいと思
います。栄養士一同がんばってまいりますので今年度もよろしくお願いいたします。

給食作りへの思い

給食室では、子どもたちへの愛情はもちろん、子どもの口に入るものを作るという重要な役割にやりがいと責任を
感じながら調理しています。栄養バランスや食材選び、薄味の心がけ、食べやすい切り方、盛り付け、彩りなど…子ど
もたちの「おいしい」の笑顔が何よりの励みです。

こだわりのポイント

- ★旬の食材を多く取り入れた季節感のある献立を心がけています。
- ★食べ物の持ち味を活かした薄味です。
- ★ごはんが中心の和食献立がメインです。
- ★添加物や農薬に気を付けた安心、安全の食材を選んでいきます。
- ★だしから手作りしています。

今年度から三温糖に変わります

今年度から保育園で使用する砂糖
は三温糖に変わります。
上白糖に比べてコク
のある甘さと独特の風味が
特徴で和食にぴったりの
砂糖です。



朝ごはんをたべよう!

保育園で元気に友達と遊びながら多
くの事を学ぶためには、1日の始まりで
ある朝に心と身体に栄養補給するこ
とが大切です。その為にも、朝ごはんはき
ちんと摂ることが大切です。朝ごはんに
は、大きな役割が2つあります。

- ①人の体に備わっている「体内時計」に働きかけて、眠っている状態から活動のリズムを整える。
- ②日中に必要なエネルギーと栄養素を補給する。



忙しい毎日の中、朝ご
はんを食べることは大変
ですが、乳幼児期は、生活
習慣の基礎を築く大切な
時期です。朝ごはんを食
べ、生活リズムを整えて
から1日をスタートさせ
ましょう!

延長補食内容について

私立保育園になることで、昼食やおやつの際には
各クラスおかわりを提供いたします。その為、遅番の
補食内容を少量のおせんべい等にいたします。

4月の献立紹介

朝ごはんにもぴったり ～きな粉おはぎ～

★材料（4人分）

もち米 1合 白米 1合 水 適量
きな粉 30g 砂糖 30g

★作り方

- ①もち米と白米を洗い、水を切る。
- ②炊飯器に①を入れ、水を規定量まで入れる。
- ③通常炊飯し、炊きあがったら少しづぶす。
- ④ボウルにきな粉、砂糖を入れ、よく混ぜる。
- ⑤手に水を付け、③を丸める。
- ⑥全体に④をまぶす。