



園だより

2023年4月2日

伊丹くじら保育園



4月の行事予定

- 12日(水) 体育指導 (にじ・そら・くじら組)
- 18日(火) 避難訓練
- 19日(水)～21日(金) 身体測定
- 24日(月) 誕生会
- ★28日(金) 子どもの日の集い

★マークは、はいチーズの方が写真を撮りに来ます！

ご入園、ご進級おめでとうございます。

今年度は、16名の新しいお友達を迎え、89名でのスタートになります。

新しい環境の中で不安もあるかと思いますが、好きな遊び・安心できる場所を見つけ「保育園って楽しいな」と思えるように関わりを深めていきます。お家で気になる事がありましたら、遠慮なく保育士にお伝えください。

新型コロナにつきましては、5月より緩和されますが、感染対策は引き続き可能な限り行ってまいります。

市からの連絡が来ましたら、はいチーズにて共有させて頂きますのでご確認ください。



園携帯番号は080-4277-5382です。園の電話が繋がりにくい場合は、こちらにおかけください。

車での送迎は、許可証をお持ちの方のみとなります。未申請の場合は、近隣の駐車場を利用ください。園の駐車場利用時は、必ず左折入庫左折出庫をお願いします。駐車場が満車の場合、園前での停車は禁止とさせて頂いています。迂回で再度入庫してください。(時間に余裕を持っての登降園にご協力ください。)

土曜日保育は、両親ともに就労の方のみとなっています。前月の15日前後が切です。締め切りを過ぎての申し込みは、その日の勤務証明が必要になりますのでご注意ください。

給食人数確認の為、欠席の連絡は8時30分までお願いします。はいチーズシステム利用のご協力をお願いします。

毎月HPブログを更新しています。日常や行事の様子をご覧ください。給食の減免申請・通園許可証はHPよりダウンロードが可能です。

感染対策について

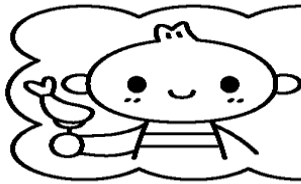
集団生活となる為、平熱より1℃高い場合、食欲が無い等、体調に変化がある場合は家庭保育のご協力をお願いいたします。また、可能な限りご兄弟も同様にお休みをお願いします。園では、38℃を超えた場合(嘔吐や下痢が続く等)様子を見たのち、お迎えのご連絡をさせて頂いています。緊急連絡先が異なる場合は、お伝え頂きますようお願いいたします。

はいチーズノートについて

- ・出席日には必ず連絡ノートの体温の記入、うみ・だいち・あめ組は、連絡ノートの家庭からの全ての項目のご記入をお願いします。
 - ・安全管理の為、登降園時にはQRの読み込みと、お部屋入口までお子様一緒をお願いします。(登降園時間の予定入力は、前月×切)前月に入力できなかった場合は、当日の変更より入力をお願いします。
 - ・毎月末お知らせに園だより・給食だより、クラスだより、献立等を添付させて頂きます。紙ベースでの配布をご希望のご家庭は、担任までお知らせください。
- *園での感染症報告、緊急連絡等、園からの連絡の際も上記お知らせを利用しますので、ご確認ください。

5月の行事予定 10日(水) 体育指導 17日(水)～19日(金) 身体測定 19(金) 避難訓練
29日(月) 誕生会 31(水) うみ・だいち・あめ参観★





～ ご入園おめでとうございます ～

新しいお友達を迎えて、新年度がスタートします。
初めて保育園に入るお子さんにとっては、たくさんのお友達と一緒に食事をするのが、はじめての体験になることと思います。最初は環境の違いで戸惑うかもしれませんが、お友達と一緒に食事は、保育園生活の中で楽しい時間の1つになっていくことと思います。子どもたちが1日を気持ちよく過ごせるように、まわりの大人たちが生活リズムを整えてあげるようにしましょう。早寝・早起きを心がけ睡眠時間をたっぷりとり、朝食を食べてから登園しましょう！

保育園の給食について

～栄養摂取量について～

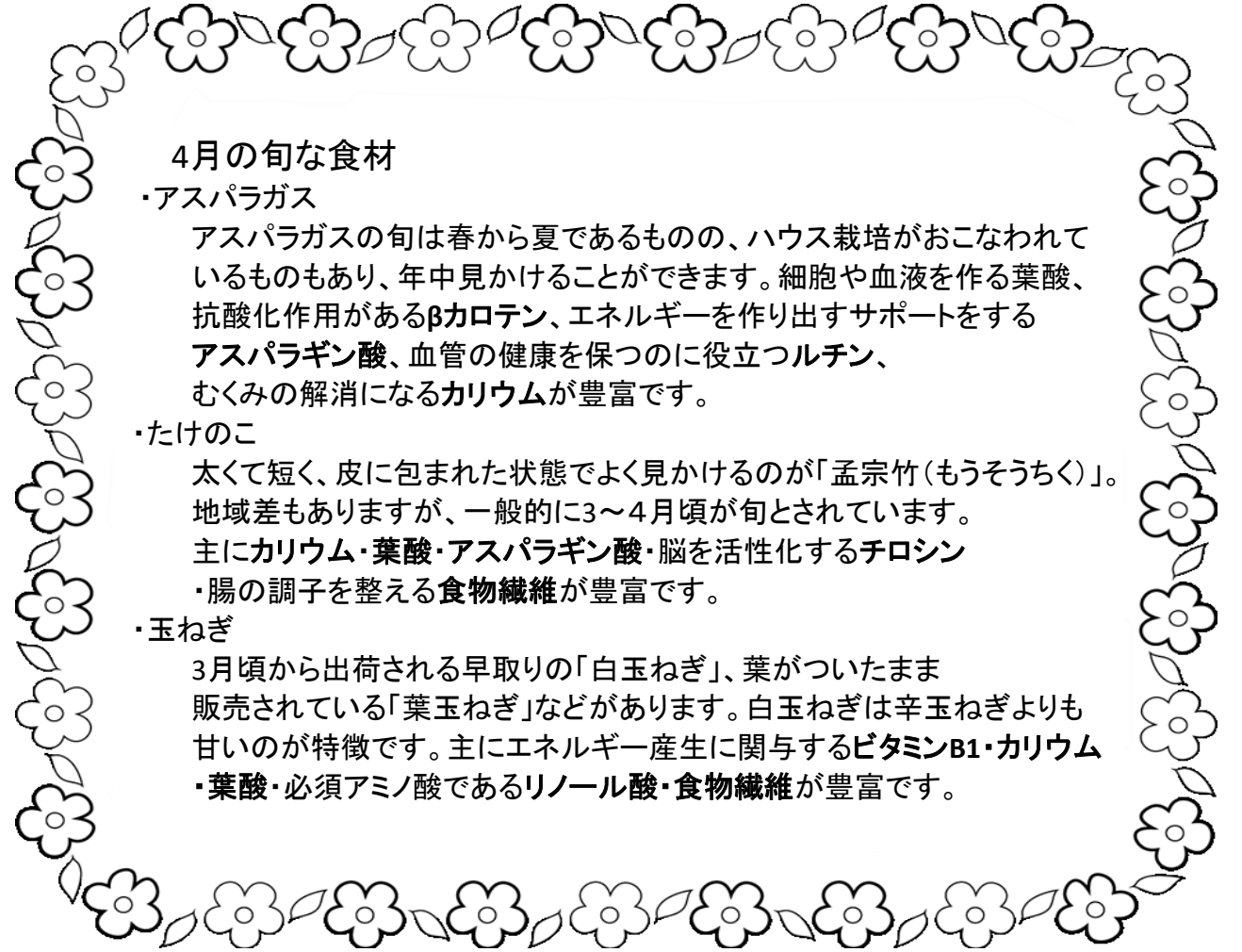
当園では、子ども一日の食事摂取基準のうち家庭で50～60%食べられているものと考え、保育園では昼食・おやつと合わせて45～50%を摂る事ができるように献立を考えています。3歳未満児は約50%、3歳以上児は約43%（エネルギー・蛋白質・脂質以外は50%）を目安に提供します。子どもの成長に必要なビタミン・ミネラルについては家庭で摂ることが難しく、不足しがちになるため、50%を保育園で摂れるように努めています。

～アレルギー～

食物アレルギーと医師に診断され、特定の食品（乳、卵、小麦など...）が食べられず、保育園での対応を希望される方は、別途書類を園に提出して頂きます。アレルギーのもととなる食材を除去し、代替えの食材を使用して提供します。出来る限り見た目がみんなと同じものが食べられるように工夫していますが、おやつなどでみんなと異なる場合があります。ご了承のほど宜しくお願いいたします。

～給食室での取り組み～

当園では、毎月食育の日を設け、日本各地域の郷土料理を提供しています。お誕生日会では子どもたちが好きな献立がたくさん出ますので楽しみにしてくださいね。



4月の旬な食材

・アスパラガス

アスパラガスの旬は春から夏であるものの、ハウス栽培がおこなわれているものもあり、年中見かけることができます。細胞や血液を作る葉酸、抗酸化作用があるβカロテン、エネルギーを作り出すサポートをするアスパラギン酸、血管の健康を保つのに役立つルチン、むくみの解消になるカリウムが豊富です。

・たけのこ

太くて短く、皮に包まれた状態でよく見かけるのが「孟宗竹（もうそうちく）」。
地域差もありますが、一般的に3～4月頃が旬とされています。主にカリウム・葉酸・アスパラギン酸・脳を活性化させるチロシン・腸の調子を整える食物繊維が豊富です。

・玉ねぎ

3月頃から出荷される早取りの「白玉ねぎ」、葉がついたまま販売されている「葉玉ねぎ」などがあります。白玉ねぎは辛玉ねぎよりも甘いのが特徴です。主にエネルギー産生に関与するビタミンB1・カリウム・葉酸・必須アミノ酸であるリノール酸・食物繊維が豊富です。

🌸 食育の日 九州地方 🌸

のっぺい汁・・・全国で作られている郷土料理で、根菜類をたくさん使った汁物です。
熊本では食材をサイコロ状に切ることが多くとろみをつけて仕上げます。具がたくさん入っているので、おかずの一品としておすすめです。

タラの南蛮漬け・・・南蛮漬けは長崎県の郷土料理で、肉や魚を唐揚げにし、ネギやトウガラシの入った甘酢を絡めた料理です。主に鶏肉、豆アジ、わかさぎ、ジャガイモなどが使われます。比較的長く保存することができるので保存に向いていて、長く付け込めば骨まで食べることができます。

4月予定献立表

発行日：令和5年3月31日

	月		火		水		木		金		土	
午前おやつ											1	牛乳
昼食												回鍋肉丼 中華スープ りんご
午後おやつ												牛乳・サブレ
午前おやつ	3	牛乳	4	牛乳	5	アップルジュース	6	牛乳	7	牛乳	8	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 さわらのカレー風味焼き きゅうりの中華和え		ロールパン 春野菜のクリームシチュー ブロッコリーの黒ごまサラダ オレンジ		鶏そぼろ丼 大根と人参の味噌汁 ジャーマンポテト		ご飯 かぼちゃのスープ 肉豆腐 大豆とひじきのサラダ		ご飯 春雨スープ 鶏ちゃん焼き マカロニサラダ		ご飯 すまし汁 厚揚げのそぼろ煮 もやしのゆかり和え	
午後おやつ	牛乳・ふかし芋		お茶・昆布おにぎり		牛乳・きなこマカロニ		牛乳・マーマレード蒸しパン		牛乳・ピザ風ポテト		牛乳・ビスコ	
午前おやつ	10	牛乳	11	牛乳	12	グレープジュース	13	牛乳	14	牛乳	15	牛乳
昼食	ご飯 むぎアサリのミルクスープ 鮭のムニエル 切干し大根のさっぱり和え		ご飯 すまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き れんこんのごまマヨ和え		【体育指導の日】 ハヤシライス 春雨サラダ オレンジ		【食育の日】四国地方 ご飯 のっぺい汁 タラの南蛮漬け ほうれん草のおかか和え		ご飯 たまごスープ 煮込みハンバーグ 粉ふぎいも		きつねうどん 大根とハムの和え物 バナナ	
午後おやつ	牛乳・水羊羹		お茶・じゃがいも		牛乳・クッキー		牛乳・ココア蒸しパン		お茶・カルピスゼリー		牛乳・バームクーヘン	
午前おやつ	17	牛乳	18	牛乳	19	豆乳	20	牛乳	21	牛乳	22	牛乳
昼食	筍ご飯 豆乳味噌汁 さわらの照り焼き キャベツの酢の物		ご飯 五目汁 チキン南蛮 小松菜の和え物		お子様スパゲティ チンゲン菜のスープ バナナ		ご飯 豚汁 白身魚のフライ 大豆のコロコロサラダ		ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 もやしのナムル		ご飯 さつまいもの味噌汁 肉野菜炒め 胡瓜とコーンのサラダ	
午後おやつ	お茶・焼きそば		お茶・いちごヨーグルト		お茶・鮭おにぎり		お茶・キャロットゼリー		牛乳・コーンフレーク		牛乳・パイ菓子	
午前おやつ	24	牛乳	25	牛乳	26	飲むヨーグルト	27	牛乳	28	牛乳	29	
昼食	【お誕生日会】 コーンツナピラフ 野菜スープ 鶏のから揚げ かぼちゃのサラダ		ご飯 若竹汁 白身魚の新緑揚げ 五目納豆		キャロットパン 豆乳スープ チキンナゲット ブロッコリーのサラダ		ご飯 味噌汁 魚のステーキソースかけ 白菜和え物 ミックスフルーツ		ご飯 トマトスープ 鶏肉のパン粉揚げ ピーマンのツナ和え		昭和の日	
午後おやつ	牛乳・ケーキ		牛乳・豆乳餅		お茶・五平餅		牛乳・フライドおさつ		牛乳・野菜カステラ			

※献立が変更する場合があります。ご了承ください。

※延長おやつは、ビスケット・せんべい・サブレ・パイ・ラムネを提供します。

献立平均給与栄養量 幼児 エネルギー565kcal たんぱく質23.3g 脂質18.1g 乳児 エネルギー465kcal たんぱく質 19.0g 脂質13g

2023年 4月の予定献立表 (初期食)

日	曜	昼食
1	土	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト
2	日	
3	月	おかゆペースト 野菜スープ 胡瓜ペースト さつまいもペースト 人参ペースト
4	火	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト 玉ねぎペースト ブロッコリーペースト
5	水	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト じゃがいもペースト 人参ペースト
6	木	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト かぼちゃペースト 小松菜ペースト
7	金	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト じゃがいもペースト 玉ねぎペースト
8	土	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 大根ペースト 小松菜ペースト
9	日	
10	月	おかゆペースト 野菜スープ 小松菜ペースト 胡瓜ペースト 人参ペースト
11	火	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト キャベツペースト じゃがいもペースト
12	水	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 胡瓜ペースト 人参ペースト
13	木	おかゆペースト 野菜スープ ほうれん草ペースト 大根ペースト 玉ねぎペースト
14	金	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト 人参ペースト キャベツペースト
15	土	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 白菜ペースト 大根ペースト
16	日	
17	月	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト 玉ねぎペースト 白菜ペースト
18	火	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト じゃがいもペースト 小松菜ペースト
19	水	おかゆペースト 野菜スープ チンゲン菜ペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト
20	木	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 人参ペースト 胡瓜ペースト
21	金	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト
22	土	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト 玉ねぎペースト さつまいもペースト
23	日	
24	月	おかゆペースト 野菜スープ チンゲン菜ペースト かぼちゃペースト 胡瓜ペースト
25	火	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト 小松菜ペースト 人参ペースト
26	水	おかゆペースト 野菜スープ ブロッコリーペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト
27	木	おかゆペースト 野菜スープ ほうれん草ペースト 白菜ペースト さつまいもペースト
28	金	おかゆペースト 野菜スープ トマトペースト 玉ねぎペースト じゃがいもペースト
29	土	昭和の日

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

2023年4月の予定献立表 (中期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	土	混ぜ粥・野菜スープ・りんご	混ぜ粥・すまし汁・しらすのうま煮
2	日		
3	月	おかゆ・さつまいものスープ・白身魚のうま煮	おかゆ・大根スープ・鶏肉とさつまいもの洋風煮
4	火	パン粥・野菜スープ・春野菜の煮物・オレンジ	おかゆ・すまし汁・白身魚とじゃがいもの煮物
5	水	鶏そぼろ粥・すまし汁・じゃがいもの煮物	おかゆ・玉ねぎスープ・白身魚と野菜のうま煮
6	木	おかゆ・かぼちゃのスープ・肉豆腐風煮	おかゆ・小松菜スープ・しらすとかぼちゃの甘煮
7	金	おかゆ・野菜スープ・鶏肉とじゃがいものうま煮	混ぜ粥・キャベツのスープ・しらすの煮物
8	土	おかゆ・すまし汁・そぼろ煮	おかゆ・小松菜スープ・鶏肉のトマト煮
9	日		
10	月	おかゆ・豆乳スープ・鮭の野菜煮	おかゆ・野菜スープ・豆腐と小松菜の煮物
11	火	おかゆ・すまし汁・鶏肉のうま煮	おかゆ・じゃがいもスープ・しらすのだし煮
12	水	トマト粥・野菜スープ・鶏肉の野菜煮・オレンジ	おかゆ・玉ねぎスープ・白身魚とじゃがいもの煮物
13	木	おかゆ・大根のすまし汁・白身魚のうま煮	おかゆ・野菜スープ・鶏肉のだし煮
14	金	おかゆ・キャベツスープ・鶏肉の煮物	おかゆ・すまし汁・豆腐のうま煮
15	土	肉うどん・大根の煮物・バナナ	おかゆ・野菜スープ・しらすの野菜煮
16	日		
17	月	混ぜ粥・豆乳スープ・白身魚の煮物	おかゆ・すまし汁・鶏肉のだし煮
18	火	おかゆ・すまし汁・鶏肉とじゃがいもの煮物	おかゆ・野菜スープ・豆腐のうま煮
19	水	トマト粥・チンゲン菜のスープ・バナナ	おかゆ・すまし汁・しらすとチンゲン菜の和え物
20	木	おかゆ・白菜のスープ・鶏肉と大豆の煮物	おかゆ・野菜スープ・鶏肉と白菜のトマト煮
21	金	おかゆ・野菜スープ・豆腐煮	おかゆ・すまし汁・白身魚の和風煮
22	土	おかゆ・さつまいものすまし汁・肉野菜煮	おかゆ・キャベツのスープ・豆腐のだし煮
23	日		
24	月	混ぜ粥・野菜スープ・鶏肉と野菜の煮物	おかゆ・すまし汁・しらすの和風煮
25	火	おかゆ・すまし汁・白身魚の和風煮	おかゆ・野菜スープ・鶏肉の豆乳煮
26	水	おかゆ・豆乳スープ・鶏肉とブロッコリーのうま煮	おかゆ・玉ねぎスープ・しらすとほうれん草の和え物
27	木	おかゆ・すまし汁・白身魚の野菜煮・りんご	さつまいも粥・野菜スープ・鶏肉のうま煮
28	金	おかゆ・トマトスープ・鶏肉のうま煮	おかゆ・すまし汁・白身魚のトマト煮
29	土	昭和の日	
30	日		

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※いろいろな味や舌触りを楽しめるように食材の種類を少しずつ増やしていきましょう。

2023年4月の予定献立表 (後期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	土	回鍋風混ぜ軟飯・中華スープ・りんご	軟飯・すまし汁・しらすのうま煮
2	日		
3	月	軟飯・味噌汁・白身魚のムニエル・胡瓜の和え物	軟飯・大根スープ・鶏肉とさつまいもの煮物
4	火	食パン・春野菜の豆乳煮込み・ブロッコリーのサラダ・オレンジ	軟飯・すまし汁・白身魚とじゃがいもの煮物
5	水	鶏そぼろ軟飯・大根と人参の味噌汁・じゃがいもの煮物	きなこ軟飯・鶏がらスープ・白身魚と野菜のうま煮
6	木	軟飯・かぼちゃのスープ・肉豆腐・大豆とひじきのサラダ	軟飯・えのきのすまし汁・しらすとかぼちゃのだし煮
7	金	軟飯・春雨スープ・鶏ちゃん焼き風煮物・マカロニサラダ	混ぜ軟飯・キャベツのスープ・しらすの洋風煮
8	土	軟飯・すまし汁・そぼろ煮	軟飯・小松菜のスープ・鶏肉のトマト煮込み
9	日		
10	月	軟飯・豆乳スープ・鮭のムニエル・胡瓜と人参のサラダ	軟飯・じゃがいもの味噌汁・豆腐と小松菜の煮物
11	火	軟飯・すまし汁・鶏肉のねぎ味噌焼き・キャベツのお浸し	軟飯・じゃがいものスープ・しらすのだし煮
12	水	トマト軟飯・野菜スープ・春雨サラダ・オレンジ	軟飯・玉ねぎスープ・白身魚とじゃがいもの煮物
13	木	軟飯・のっぺい汁・白身魚の塩焼き・ほうれん草の和え物	軟飯・野菜スープ・鶏肉の味噌煮
14	金	軟飯・キャベツのスープ・ハンバーグ・じゃがいものやわらか煮	軟飯・味噌汁・豆腐の中華風煮
15	土	肉うどん・大根の和え物・バナナ	軟飯・白菜スープ・しらすの野菜煮
16	日		
17	月	混ぜ軟飯・豆乳味噌汁・白身魚の照り焼き・キャベツの和え物	軟飯・キャベツのスープ・鶏肉のだし煮
18	火	軟飯・五目汁・鮭のムニエル風・小松菜の和え物	軟飯・野菜スープ・豆腐のうま煮
19	水	トマトスパゲティ―・中華スープ・バナナ	軟飯・すまし汁・しらすとチンゲン菜のうま煮
20	木	軟飯・味噌汁・白身魚のムニエル・大豆のコロコロサラダ	軟飯・中華スープ・鶏肉のトマト煮込み
21	金	軟飯・中華スープ・麻婆豆腐・もやしの和え物	軟飯・すまし汁・白身魚の和風煮
22	土	軟飯・さつまいもの味噌汁・肉野菜炒め・胡瓜とコーンの和え物	軟飯・キャベツのスープ・豆腐のだし煮
23	日		
24	月	コーンツナピラフ・野菜スープ・鶏肉の照り焼き・かぼちゃのサラダ	軟飯・チンゲン菜のすまし汁・しらすの和風煮
25	火	軟飯・すまし汁・白身魚のムニエル・小松菜の和え物	軟飯・玉ねぎスープ・鶏肉の豆乳煮込み
26	水	軟飯・豆乳スープ・チキンナゲット・ブロッコリーのサラダ	軟飯・味噌汁・しらすとほうれん草のだし煮
27	木	軟飯・味噌汁・魚のムニエル・白菜の和え物・りんご	さつまいも軟飯・野菜スープ・鶏肉のうま煮
28	金	軟飯・トマトスープ・鶏の照り焼き・ピーマンのツナ和え	軟飯・味噌汁・白身魚のトマト煮
29	土	昭和の日	

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。
 ※素材本来の味を大切に、薄味を心がけています。