



献立表

1年の豊年や願いを祝って、今年もおせち料理を取り入れます。☆印がついている献立です！お楽しみに

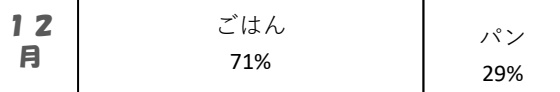
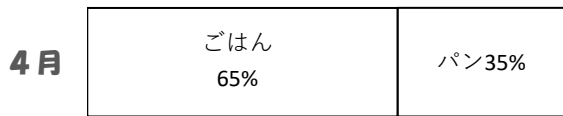


ひまわり第2保育園

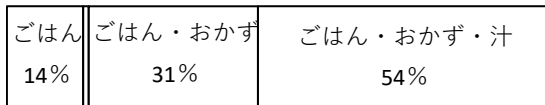
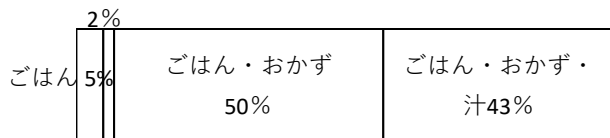
* 献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
<p>🎉 新年あけましておめでとうございます 🎉</p> <p>本年もどうぞ、よろしくお願いいたします</p> <p>今年も、給食室一同、子どもたちの健やかな成長を願って安心安全な給食・おやつを提供していきます。子どもたちの「美味しかったよ、また作ってね」の声が沢山聞けるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。</p>					
<p>成人の日 8</p>	9	10	11	12	13
<p>ごはん がんもの中華煮 里芋のグリル焼き 味噌汁</p>	<p>ごはん ☆ぶりの照り焼き ☆黒豆の煮物 人参のごま和え すまし汁</p>	<p>ごはん ☆豚肉の八幡巻き ☆れんこんの煮物 蒸しブロッコリー とろろ汁</p>	<p>ごはん ☆筑前煮 白菜の浸し 味噌汁</p>	<p>小豆ごはん 手羽元の照り焼き ☆たずなこんにやく ☆紅白なます すまし汁</p>	<p>炊き込みごはん 味噌汁</p>
<p>七草がゆ お茶</p>	<p>ゆず蒸しパン ☆田作り・お茶</p>	<p>小豆ぜんざい ☆焼きするめ・お茶</p>	<p>ロールパン みかん・お茶</p>	<p>☆りんごきんとん ☆結び昆布・お茶</p>	<p>かぼちゃパン するめ・お茶</p>
15	16	17	18	19	20
<p>ごはん マーボー厚揚げ キャベツの酢の物 すまし汁</p>	<p>ごはん 魚の野菜のつけ焼き 五目豆 味噌汁</p>	<p>ごはん 高野の煮物 ブロッコリーの天ぷら すまし汁</p>	<p>ごはん 魚の塩麩焼き 炒めなます キャベツのカレースープ</p>	<p>ごはん しゅうまい あらめの炒め物 味噌汁</p>	<p>海苔巻き 豚汁</p>
<p>のりおにぎり いりこ・お茶</p>	<p>もちもち芋まんじゅう 昆布・お茶</p>	<p>みたらし団子 するめ・お茶</p>	<p>芋あん利休まんじゅう いりこ・お茶</p>	<p>昆布おにぎり 切り干しハリハリ・お茶</p>	<p>紫芋パン するめ・お茶</p>
22	23	24	25	26	27
<p>ごはん おからナゲット 刻み昆布のサラダ 大根スープ</p>	<p>ごはん 牛肉と れんこんのきんぴら 白和え 味噌汁</p>	<p>【うさぎ組 公開給食】 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 人参の煮物 結び昆布の煮物 味噌汁</p>	<p>ごはん さつま芋と 大豆の甘辛煮 カリフラワーの ごまマヨ和え すまし汁</p>	<p>ごはん 魚のみそ焼き 干大根の酢の物 豆乳シチュー</p>	<p>チャーハン すまし汁</p>
<p>五平餅 ごぼうの煮物・お茶</p>	<p>みかん大福 いりこ・お茶</p>	<p>きなこ大豆 するめ・お茶</p>	<p>肉まん 昆布・お茶</p>	<p>炊き込みおこわ するめ・お茶</p>	<p>かぼちゃパン 昆布・お茶</p>
<p>お弁当の日 29</p>	30	31	<p>～朝ごはんの大切さ～</p> <p>5月からの献立表で朝ごはんの大切さを伝えてきました。慌たしい朝、子どもを起こし、身支度をしてから朝ごはんを食べて登園。当たり前のことのように、頑張らなくてはできないことです。さて、変化はあったでしょうか。1 2月の連絡帳を元に、家庭での朝食の様子をまとめて、4月と比べてみました。</p>		
<p>焼き芋 いりこ・お茶</p>	<p>あらめおにぎり するめ・お茶</p>	<p>黒ごま焼き団子 いりこ・お茶</p>			

朝食

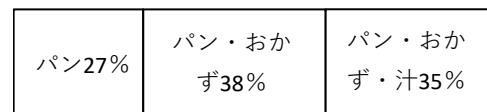
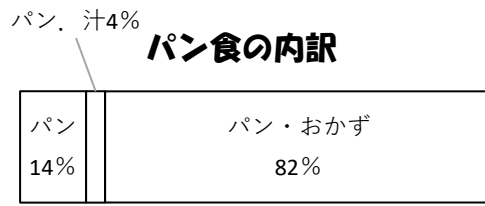


ごはん食の内訳



ごはん・汁1%

パン食の内訳



～みえてきたこと～

- ・ごはん食で登園してくる子が増えている。
(4月よりもパン食は減っている) →うれしい変化です。
- ・朝食に汁物(特に味噌汁)を食べてくる子が増えてきている。(ごはん食、パン食共に)
- ・味噌汁を食べる子が多くなり、「主食・おかず・汁」と朝食の内容もバランスがよくなってきている。
- ・主食のみ(ごはんだけ、パンだけ)の子も中にはいる。

9月から公開給食を再開しており、感想の中に給食を食べて「出汁の大切さに気づき、その日から出汁をとり、汁物を作るようになった」「保育園の味を参考に味噌汁を作ったら食べてくれた」など、家庭でも汁物に触れる機会が増えているように感じています。

夜は早く布団に入り、朝早く起きてしっかり朝ごはんを食べる生活(規則正しい生活)は、子どもの成長にとっても大切です。4月よりもごはん食が増えたり、パン食でも汁も食べるようになってきたりと朝食の内容が充実してきていることは、良い変化です。ぜひ、子どもたちのために、充実した朝食内容を継続していきましょう。引き続き、しっかり食べて登園できるようにお願いすると共に、ノートに朝食の内容等、記入しただけだと園で過ごす参考になりますので、よろしくお願いいたします。