

# 4月 給食だより

2026/3/31 (火) 清水保育園

桜の花も咲き、春の暖かい日差しが差し込む過ごしやすい季節となりました。  
ご入園・ご進級おめでとうございます！  
今年度も安心・安全でおいしい、栄養満点の給食づくりに努めてまいります！  
食事のことでご心配や不安な事もあるかと思いますが、その際は給食室や保育士の先生にお気軽にお声掛けください♪

## 清水保育園のお給食

○保育園給食の形態は、「ミルク」「離乳食」「完了食」に区分されます。

離乳食は個人の発達段階にあわせて提供します。ご家庭でも月齢にあわせて様々な食材にチャレンジしてみましょう。

○1～2 歳児には保育所の給食（10時のおやつ、昼食、3時のおやつ）で1日に必要な量の50%程度を提供します。

※誤嚥しやすいもの、繊維質が多いものなど、食材の選び方や切り方に配慮が必要です。

○3～5 歳児には昼食と午後のおやつで1日に必要な量の45%程度を提供します。食の世界を広げ、お友だちと一緒に楽しく食べながらいろいろな食べ物に慣れるようにします。

## 清水保育園の給食室のアピールポイント！



- 昆布やかつお節、いりこを使用し、天然の出汁を取り、旨味のあるお汁を作っています！
- 揚げ物は、スチームコンベクションを使用し、お肉やお魚から出る油のみで調理しています！
- 食材は地産地消を率先して行い、出来る限り「福岡産」「九州産」の食材を使用します！
- アレルギーもしっかり対応しています！



子どもたちは毎日お給食をしっかりよく噛んでもりもりと食べてくれているので、担任の先生はもちろんですが、私共も大変嬉しく思っております。幼少期の食事や栄養面は今後の発育において大切となってきますので、「食」の面から全力でサポートしてまいります！

気になることやご相談、その他にもお給食のレシピを知りたいなどありましたら、給食室または事務の先生方にお気軽にお声掛けください♪  
今年度もよろしく願いいたします♪



## 令和8年4月 献立表 (本園)

日	曜	昼食	朝のおやつ (未満児)	おやつ	赤：おもに血や肉になる	黄：おもに熱や力となる	緑：おもに調子をととのえる
15	水	発芽玄米ごはん 魚の香味焼き にんじんの甘煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 せんべい	スキムミルク マーラーカオ (中国風蒸しパン)	牛乳 魚 脱脂粉乳 鶏卵 デーツ	せんべい 精白米 押麦 三 温糖 ごま油 小麦粉 黒砂 糖 植物油	青ねぎ しょうが にんにく にんじん かぼちゃ たまね ぎ
16 30	木	発芽玄米ごはん 豚肉とピーマンの炒め煮 小松菜と豆腐の清汁	牛乳 ウエハース	スキムミルク バナナ ビスケット	牛乳 豚肉 木綿豆腐 脱脂 粉乳	ウエハース 精白米 押麦 ごま油 片栗粉 ビスケット	ゆでたけのこ ピーナ にん じん こまつな バナ
17	金	発芽玄米ごはん 肉じゃが 具だくさんみそ汁	牛乳 ハイアップル缶	牛乳 ドーナツ	牛乳 牛肉 油揚げ	精白米 押麦 じゃがいも 植物油 三温糖 ケチャップ	ハイアップル缶 たまねぎ にんじん 冷凍グリビー キャバ ツ もやし 青ねぎ
18	土	中華丼 フルーツゼリー	お茶 せんべい	豆乳 せんべい	豚肉 調整豆乳	せんべい 精白米 ごま油 植物油 片栗粉 ゼリー	たまねぎ キャバツ にんじん
20	月	発芽玄米ごはん 麻婆豆腐 チンゲンサイのスープ	牛乳 せんべい	スキムミルク ふかしいも	牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐 鶏もも 脱脂粉乳	せんべい 精白米 押麦 植 物油 ごま油 三温糖 片栗 粉 さつまいも	にんじん 青ねぎ にんにく しょうが 揚げカイ たまね ぎ こんにゃく
21	火	発芽玄米ごはん 魚のごまみそ焼き 焼きかぼちゃ 中華スープ(鶏ひき肉)	牛乳 オレンジ	スキムミルク チーズトースト	牛乳 白身魚 鶏ひき肉 脱 脂粉乳 スライスチーズ	精白米 押麦 すりごま 植 物油 ごま油 片栗粉 食パ ン	カツ かぼちゃ にんじん えのきたけ しめじ 青ねぎ 乾しいたけ しょうが
22	水	★こどもの日行事食★ こいのぼりごはん やまいもと牛肉の炒め煮 若竹汁	牛乳 ウエハースFe	スキムミルク マカロニのきな粉和え	牛乳 鶏もも もずく 木綿 豆腐 脱脂粉乳 きな粉	ウエハース7gFe 精白米 押麦 片栗粉 揚げ油 加工 黒砂糖	しょうが アボカド にんじ ん 青ねぎ
23	木	★こどもの日行事食★ こいのぼりごはん やまいもと牛肉の炒め煮 若竹汁	牛乳 ウエハースFe	牛乳 こいのぼりサンド	牛乳 塩わかめ かまぼこ 牛肉	ウエハース7gFe 精白米 押麦 やまいも 植物油 三 温糖 食パン いちごジャム	カツ えんどう にんじん ゆでたけのこ えのきたけ
24	金	発芽玄米ごはん ハンバーグ にんじんの甘煮 キャベツとコーンのミルクスープ	牛乳 チーズ	スキムミルク 黒糖豆乳ゼリー	牛乳 アヒダス 牛ひき肉 豚ひき肉 鶏卵 脱脂粉乳 粉寒天 豆乳 きな粉	精白米 押麦 植物油 パン粉 三温糖 黒砂糖	たまねぎ にんじん こんにゃ く キャバツ バナ
25	土	発芽玄米ごはん がんもどきの炊き合わせ だいごのみそ汁	牛乳 ウエハース	牛乳 丸ボーロ	牛乳 がんもどき 塩わかめ	ウエハース 精白米 押麦 じゃが いも 三温糖 丸ボーロ	ゆでたけのこ にんじん 冷 凍グリビー スライスだいごん はく さい えのきたけ 青ねぎ
27	月	牛丼 フルーツゼリー	お茶 せんべい	豆乳 せんべい	牛肉 調整豆乳	せんべい 精白米 植物油 三温糖 ゼリー	たまねぎ にんじん
28	火	発芽玄米ごはん カレーシチュー 春キャベツの和え物	牛乳 ハイアップル缶	スキムミルク 小倉蒸しパン	牛乳 牛肉 脱脂粉乳 鶏卵	精白米 押麦 じゃがいも マーガリン 揚げすりごま ごま油 あずき缶 小麦粉 三 温糖	ハイアップル缶 たまねぎ にんじん りんごジュース 冷凍 グリビー スライスだいごん キャバ ツ グリーンアスパラガス

★4/22(水)は誕生会、こどもの日行事食となっております。

★都合によりメニューを変更する場合があります。

