
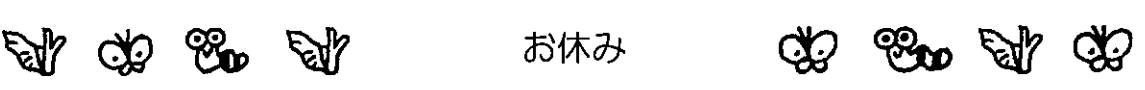




2023年 4月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

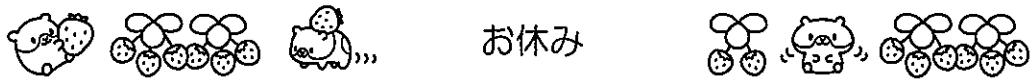

日	曜	昼食献立名	おやつ	材料(昼食とおやつ)			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	土	あわごはん マーボー豆腐 はるさめサラダ みそ汁(とうがん・わかめ)	フルーツ缶 まめびよ カップケーキ	米、はるさめ、きび、油、片栗粉、ごま油、カップケーキ(小麦・卵・乳・大豆)	豆腐、みそ、牛豚含ひき肉、まめびよ(大豆)	みかん、パイナップル、とうがん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、長ねぎ、わかめ	
2	日	お休み 					
3	月	ごはん ひじきの佃煮 鶏肉と大根の煮物 コロッケ	みそ汁(はくさい・えのき) くだもの 牛乳 焼きいも	さつまいも、米、油、コロッケ(小麦)	牛乳、鶏肉、みそ	だいこん、はくさい、にんじん、いんげん、えのきだけ、しいたけ、ひじき、いりごま、りんご	
4	火	雑穀ごはん 赤魚とごぼうの煮つけ 切干大根炒め みそ汁(はくさい・えのき)	くだもの 牛乳 マーブルケーキ	米、ホットケーキミックス(小麦・乳)、バター(乳)、きび、押麦、油	牛乳、あかうぶ、卵、豚肉、みそ、脱脂粉乳	はくさい、切り干しだいこん、ごぼう、こんにゃく、えのきだけ、こんぶ、しょうが、オレンジ	
5	水	麦ごはん 酢豚 蒸ししゅうまい みそ汁(だいこん・ねぎ)	くだもの 牛乳 スティック菓子	米、小麦粉、油、ホットケーキミックス(小麦・乳)、押麦、片栗粉	牛乳、豚肉、みそ、卵、しゅうまい(小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま)	たまねぎ、だいこん、ピーマン、にんじん、たけのこ、パイナップル、ねぎ、しいたけ、にんにく、バナナ	
6	木	チャーハン チキンの香草パン粉焼き ほうれん草ときこの炒め物 わかめスープ(豆腐・玉ねぎ)	フルーツ缶 ゼリー カルシウムウエハース	米、パン粉(小麦)、マヨネーズ(ノンエッグ)、油、ウエハース(乳・卵・小麦・大豆)、ごま油	鶏肉、豚肉、豆腐、ベーコン(豚・乳・卵・大豆)、チーズ	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、しめじ、ミックスペジタブル、エリンギ、にんにく、わかめ、黄桃	
7	金	麦ごはん 豚肉のしょうが炒め ポテトサラダ みそ汁(とうがん・ねぎ)	くだもの 牛乳 おからバナナマフィン	米、じゃがいも、ホットケーキミックス(小麦・乳)、マヨネーズ(ノンエッグ)、バター(乳)、押麦、油	牛乳、豚肉、卵、みそ、おから	たまねぎ、にんじん、とうがん、ピーマン、バナナ、きゅうり、レモン、ねぎ、しょうが、みかん	
8	土	麦ごはん とんかつ きんぴらごぼう みそ汁(キャベツ・えのき)	デザート バナナ クラッカー	米、油、パン粉(小麦)、小麦粉、押麦	豚肉、卵、みそ	ごぼう、キャベツ、こんにゃく、にんじん、いんげん、えのきだけ、バナナ、にんにく	
9	日	お休み					
10	月	お休み		ひじきごはん チーズ	米	チーズ(乳)	ひじき、いりごま
11	火	お休み		もちケーキ	もち粉、油、小麦粉、バター(乳)	牛乳、卵	バナナ
12	水	お休み		いなり寿司 ブルーン	米	油揚げ	ブルーン、いりごま
13	木	お休み		ヨーグルト クラッカー		ヨーグルト(乳)	
14	金	お休み		ウイナー犬	ホットケーキミックス(小麦・乳)、油	ウイナー(乳・鶏・豚)	
15	土	ごはん 味付けのり 鶏肉とじゃがいもの煮物 レバーの南蛮漬け	みそ汁(豆腐・わかめ) デザート げんまい棒 型抜きチーズ(いちご)	米、じゃがいも、油、片栗粉	豚レバー、鶏肉、豆腐、型抜きチーズ、みそ	たまねぎ、にんじん、いんげん、味付けのり、にんにく、しょうが、わかめ	
16	日	お休み 					



2023年 4月 予定献立表

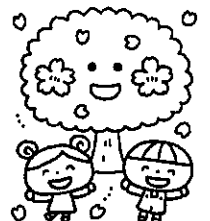


この花ナーサリ学童クラブ

日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	月		まめびよ 豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス (小麦・乳)、油	豆腐、まめびよ(大豆)	
18	火		クファジューシー 小魚(ごま)	米	豚肉、小魚(魚・ごま)	にんじん、にら、しいたけ、ひじき
19	水		サターアングー(かぼちゃ)	小麦粉、ホットケーキミックス(小麦・乳)、油	卵	
20	木		みかんジュース ドーナツ	ドーナツ(小麦・卵・乳・大豆)	みかんジュース(りんご)	
21	金		牛乳 コーンフレーク ブルーネ	米、コーンフレーク(乳・大豆)	牛乳	ブルーネ
22	土	牛丼 キャベツとササミのサラダ みそ汁(大根・アーサ) フルーツ缶	ピラヤーチー(もずく) デザート	米、小麦粉、ごまドレッシング(ごま・卵)、油、片栗粉	牛肉、ささ身、みそ、ツナ缶、卵	みかん、キャベツ、たまねぎ、だいこん、きゅうり、もずく、ピーマン、にんじん、しらたき、にら、あおさ、しょうが
23	日	 お休み				
24	月		まめびよ たけのこごはん	米	油揚げ(大豆)、まめびよ(大豆)	たけのこ、にんじん、しいたけ
25	火		ココア蒸しパン	ホットケーキミックス(小麦・乳)、油	牛乳、卵	
26	水		フライドポテト チーズ	フライドポテト、油	チーズ(乳)	
27	木		プリン せんべい	せんべい、プリン(乳・卵)		
28	金		ジャムサンド	食パン(小麦)、ジャム		
29	土	昭和の日 (休園)				
30	日	お休み 				

☆ 今年度もどうぞよろしくお願ひします ☆

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。





まっつしよくだより

令和5年4月
この花ナーサリ
この花KidsRoom

ご入園・ご進級おめでとうございます

ドキドキわくわくの4月がスタートしました。新しいクラス、新しいお友達、新しい環境で、不安や緊張もあると思いますが、食事の時間だけは心落ち着くひとときであってほしいと思います。おいしいお食事、楽しい食事環境を作っていけるよう、今年度も頑張っていきたいと思っております。早く園での生活に慣れ、子どもたちがお友達との食事時間を楽しく過ごせますように…。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

この花ナーサリの キッチンでは…

幼児食、離乳食（初期食・中期食・後期食）、おやつ、アレルギー対応食、行事食…などを作っています。各クラスの子どもの発達に合わせた大きさや硬さでお食事を提供できるよう心がけています。

～離乳食を食べるお子様へ～

園では食物アレルギーによる事故予防の観点から、お子様がご家庭で未摂取の食材は基本園での提供ができません。その確認のために毎月「離乳食食材確認表」にお子様食べて問題のなかった食材に○のご記入をよろしく申し上げます。月齢により食べ進められる食材も限られてくると思いますが、ぜひ積極的に食べ進めていただきますようご協力よろしく申し上げます。



～ 毎月第3木曜日はお弁当の日です ～



本園では毎月第3木曜日がお誕生会&お弁当の日となっています（祝日や園行事等の関係で変更になることもあります）。子ども達が毎月楽しみにしているお弁当の日。楽しく安全にお食事ができるようご協力よろしくお願いたします。

<お弁当作りのポイント>

- ①子どもに合った食材か
→ ご家庭で食べ慣れている食材だと子どもたちも安心して食べられます。
- ②子どもの口の大きさに合っているか
→ 誤嚥につながりやすいプチトマト・ぶどうなど球体のものは1/2～1/4にカットしましょう。
- ③お弁当箱の大きさ・量は適切か
→ 子どもが確実に食べられる量にしてあげると完食したときに達成感を感じられます。

☆お弁当箱の大きさの目安☆

1～2歳児 350ml程度 3～5歳児 400～450ml程度



4月のお弁当の日

4/20 (木)

ご協力よろしく申し上げます♪

