



# 2024年 4月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

## ご入学・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...。今年も1年どうぞよろしくお願い致します。

日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			きいろ	あか	みどり
			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 月	昼食	黒米ごはん 三枚肉と大根の煮付け 菜の花のごま和え なかみ汁 くだもの	米、胚芽米  ごま油	豚三枚肉、こんぶ  豚中味	だいこん、にんじん、いんげん なのはな、にんじん、ごま しいたけ、ねぎ オレンジ(予定)
	おやつ	牛乳 メロンパン	メロンパン(小麦・卵・乳)	牛乳	
2 火	昼食	麦ごはん 赤魚の煮つけ 豆腐チャンプルー みそ汁(冬瓜・えのき) くだもの	米、押麦  油	あかうお 豆腐、豚肉 みそ	しょうが キャベツ、もやし、にんじん、にら とうがん、えのきたけ バナナ(予定)
	おやつ	牛乳 さつまいも蒸しパン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、さつまいも、油	牛乳 卵、豆乳	
3 水	昼食	あわごはん 豚肉ビーマン炒め 蒸ししゅうまい かき玉汁 フルーツヨーグルト	米、きび 油  片栗粉	豚肉 しゅうまい(小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま) 卵 ヨーグルト(乳)	ビーマン、たまねぎ、にんじん、たけのこ  ほうれんそう みかん缶
	おやつ	麦茶 おにぎり(わかめ・ごま)	米	わかめ	いりごま
4 木	昼食	ごはん チキンの照り焼き 厚揚げと大根の煮物 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) くだもの	米  油、片栗粉	鶏肉 揚げ豆腐、豚肉 みそ、わかめ	にんにく だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ たまねぎ バナナ(予定)
	おやつ	牛乳 サーターアンダギー(黒糖)	小麦粉、黒糖、ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 卵	
5 金	昼食	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・えのき) くだもの	米、押麦 油 じゃがいも、マヨネーズ(ノンエッグ)	豚肉  みそ	たまねぎ、ビーマン、にんじん、しょうが にんじん、きゅうり とうがん、えのきたけ、ねぎ オレンジ(予定)
	おやつ	牛乳 おからバナナマフィン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	牛乳 卵、牛乳、おから	バナナ、レモン果汁
6 土	昼食	やきそば ほうれんそうの白和え 豚汁 フルーツ缶	焼きそば麺(小麦・大豆)、油 ごま油	豚肉 豆腐 豚肉、みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ビーマン ほうれんそう だいこん、にんじん、ごぼう、長ねぎ パイナップル缶
	おやつ	麦茶 葉飯ごはん(しらす)	米、油	しらす干し	
8 月	昼食	きつねうどん ちくわ磯辺揚げ 白菜の和え物 くだもの	うどん(小麦) 小麦粉、油 ごま油	油揚げ(大豆)、わかめ ちくわ、卵、あおのり 赤ハム(鶏・豚・大豆・乳)	ねぎ  はくさい、もやし、きゅうり オレンジ(予定)
	おやつ	おにぎり(鮭) チーズ	米	さけ ハッピーチーズ(Fe・Ca)	いりごま
9 火	昼食	カレーライス キャベツサラダ ミートボール くだもの	米、じゃがいも、油 ごまドレッシング(ごま・卵) 油	豚肉  ミートボール(乳・小麦・鶏・豚)	たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり  バナナ(予定)
	おやつ	牛乳 スティック菓子(ごま)	小麦粉、ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 卵	ごま
10 水	おやつ	ヨーグルト レーズンパン	レーズンパン(小麦・乳・大豆)	ヨーグルト(乳)	
11 木	おやつ	バナナケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	卵、牛乳、脱脂粉乳	バナナ

※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。



# 2024年 4月 予定献立表



この花ナーサリ学童クラブ

日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			きいろ	あか	みどり
			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
12 金	おやつ	支那そばチャンプルー	沖縄そば、油	ツナ缶	たまねぎ、にら
13 土	昼食	麦ごはん 豚肉の竜田揚げ きんぴらごぼう みそ汁（はくさい・えのき） ブルーーン	米、押麦油、片栗粉、小麦粉油	豚肉 豚肉 みそ	ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん はくさい、えのきだけ ブルーーン
	おやつ	バナナ ビスケット	ビスケット（小麦・乳）		バナナ
15 月	おやつ	芋てんぷら	さつまいも、小麦粉、油	卵	
16 火	おやつ	牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク（乳・大豆）	牛乳	
17 水	おやつ	シャムサンド	食パン（小麦）		ブルーベリージャム
18 木	おやつ	まめびよ カップケーキ	ケーキ（小麦・乳・卵・大豆）	まめびよ（大豆）	
19 金	おやつ	いなり寿司	米	油揚げ	
20 土	昼食	あわこぼん 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	米、きび油、片栗粉 はるさめ、ごま油	豆腐、牛豚合びき肉、みそ みそ、わかめ	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、にんにく、しょうが にんじん、きゅうり とうがん パイナップル缶、みかん缶
	おやつ	ゼリー フライドポテト	ゼリー（オレンジ） フライドポテト		
22 月	おやつ	焼きいも	さつまいも		
23 火	おやつ	クファジュージー（おやつ） 小魚（ごま）	米	豚肉、ひじき 小魚（ごま・大豆・小麦）	にんじん、にら、しいたけ
24 水	おやつ	蒸しカステラ（黒糖）	強力粉（小麦）、黒糖	牛乳	
25 木	おやつ	豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス（小麦・乳・大豆）、油	牛乳 豆腐	
26 金	おやつ	野菜ジュース ハムチーズサンド	野菜ジュース 食パン（小麦）	チーズ、赤ハム（鶏・豚・大豆・乳）	
27 土	昼食	牛丼 キャベツとササミのサラダ みそ汁（もずく・ねぎ） ウエハース	米、油、片栗粉 ごまドレッシング（ごま・卵） ウエハース（乳・卵・小麦・大豆）	牛肉 ささ身 みそ、もずく	たまねぎ、ピーマン、にんじん、しらたき、しょうが キャベツ、きゅうり ねぎ
	おやつ	プリン バナナ	プリン（乳・卵）		バナナ
30 火	おやつ	ココア蒸しパン	ホットケーキミックス（小麦・乳・大豆）、油	牛乳、卵	

※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。



# きゅっしょくだよ!

令和6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ひ致します。

### 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「離乳食食材チェック表」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お願ひします。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お願ひします。



### ～ 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ひいたします。

#### <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

**4/18 (木)**

ご協力よろしくお願ひします♪

