



4月 えんだより

R5年4月3日(月) 担当 菊池

〒026-0301

釜石市鶴住居町 3-10

社会福祉法人釜石愛育会

鶴住居保育園

TEL0193-28-2510

ご入園・ご進級おめでとうございます

桜が咲き始め、心はずむ春になりました。

新年度は、18名の新入園児を迎え、69名でスタートしました。新入園児のお友だちは、登園時、お母さんと離れるのが嫌で泣く子もいると思いますが、無理せず、少しずつ園生活に慣れていきましょうね。また、進級児のお友だちも新しい環境の中、先生やお友だちと一緒に、笑顔で過ごしていきましょう。

今年度も、子どもたちが毎日楽しい園生活を送れるよう、一人ひとりの気持ちに寄り添いながら保育をしていきたいと思ひます。職員一同力を合わせて頑張りたいと思ひますので、保護者の皆様のご理解ご協力をよろしくお願い致します。
園長 八幡 雅子

4月生まれのお友だち



おたんじょうびおめでとう



新しいお友だちを紹介します

なかよく あそんでね♪



職員紹介



- *園長 八幡 雅子
- *副園長 真田 理恵 (中妻子供の家保育園から異動)
菊池 直美
- *主任保育士 越田 未佐
佐々木 雅俊 (中妻子供の家保育園から異動)
- *主任栄養士 箱石 智恵美
- *5歳児 阿部 真一郎
- *4歳児 佐々木 雅俊
- *3歳児 三浦 沙耶香・巖 紗矢香
- *2歳児 田代 瑞子・小林 友海・三浦 広子
両川 洋子
- *1歳児 佐々木 沙弥・小川 るり子
- *0歳児 越田 未佐・高橋 利恵子
- *看護師 大場 正子・川崎 圭子
- *栄養士 遠野 春香
- *給食 山田 恵子・伊藤 きく子・三浦 光子
- *子育て支援センター 菊池 好美・三浦 しのぶ

今月の予定

◆園行事◆

- 3日(月) 進級式 ◆センター行事
- 5日(水) 入園式 20日(木) めだかくみ
- 6日(木) しおかぜ号 27日(木) すまいる
- 11日(火) お花見ピクニック ひろば
- 15日(土) 親子レクリエーション (年長児親子)
- 28日(金) 子どもの日の集い



鶴住居保育園子育て支援センター

保育園のお友だちも、支援センターで遊べるよ！
お家の人と遊びに来てね♪

*月曜日～金曜日 (土日・祝日はお休み)



*9:30～12:00、13:00～15:30

*センター利用の際は親子一緒に、手洗い・うがいをしましょう。また、おむつ交換の際はマイおしりマット(タオルでOK)を使用しましょう。

(うがいコップ・手拭きタオル・マイおしりマットは持参してね)

☆おねがい☆

- ★ 登降園の際には、車のエンジンを止め、必ず親子で手をつないで移動しましょう。
- ★ 欠席や登園時間が遅くなる時は、9時までに連絡をお願いします。
鶴住居保育園 ☎ 28-2510
- ★ 持ち物には必ず名前をはっきりと記入しましょう。兄弟の名前が記名してあるものは、使用するお子さんの名前に書き直し、名前が消えているものも多いので、もう一度確認をお願いします。
- ★ 急な発熱や体調の変化が見られた場合には職場に連絡をする場合もあります。連絡先の変更等があった場合は必ずお知らせください。
メールアドレスの変更もお知らせください。
- ★ 衣服の補充や衣替えはこまめにしましょう。
- ★ サイズのあった靴、衣服を用意しましょう。
- ★ 避難訓練時にメールを送信する月があります。確認のほど、返信をお願いします。
- ★ 感染症予防対策として行事の内容変更や延期等があると思ひますが、ご協力をお願いします。



曜日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																					
日付	ご入園、ご進級 おめでとうございます!					1日																																																																																																																					
給食	暖かな日差しがきらめく中、新年度がスタートします。鶴住居保育園では毎年畑で野菜を栽培しています。種まきや苗植えをし、水やりをしながら実が大きくなっていく様子や楽しさを感じてもらい、子どもたちの手で収穫します。また、その野菜を給食で頂いたり、クッキングをしたり、お家に持ち帰ったりもします。食べ物に関心を持ってもらい、家族みんなが健康で長生きできる食生活のきっかけになっていただければと思います。 また、毎日の栄養価を記載しています。太枠で囲ってあるところが保育園での基準値になります。早寝、早起き、必ず朝食を食べる生活リズムを定着させましょう。					お弁当の日																																																																																																																					
おやつ						ヨーグルト まがりせんべい																																																																																																																					
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量						基準値	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>490Kcal</td> <td>490Kcal</td> <td>96Kcal</td> <td>140Kcal</td> </tr> <tr> <td>24.5g</td> <td>21.1g</td> <td>3.3g</td> <td>6.2g</td> </tr> <tr> <td>18.0g</td> <td>13.8g</td> <td>0.8g</td> <td>4.4g</td> </tr> <tr> <td>1.6g</td> <td>1.5g</td> <td>0.3g</td> <td>0.3g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	490Kcal	490Kcal	96Kcal	140Kcal	24.5g	21.1g	3.3g	6.2g	18.0g	13.8g	0.8g	4.4g	1.6g	1.5g	0.3g	0.3g																																																																																																
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																								
490Kcal	490Kcal	96Kcal	140Kcal																																																																																																																								
24.5g	21.1g	3.3g	6.2g																																																																																																																								
18.0g	13.8g	0.8g	4.4g																																																																																																																								
1.6g	1.5g	0.3g	0.3g																																																																																																																								
日付	3日 進級式	4日	5日 入園式	6日	7日	8日																																																																																																																					
給食	親子煮 春雨サラダ ベークドポテト みそ汁・果物	五目納豆 ビーフンソテー 蛇腹胡瓜のごま油和え みそ汁・果物	肉じゃが キャベツの酢味噌和え ブロッコリーのおかか和え すまし汁・果物	揚げ魚の三色あんかけ 法蓮草の和え物 大豆入りすき昆布の炒め煮 みそ汁・果物	カレーうどん 茹卵のマヨネーズソースかけ キャベツの和えもの 果物 ご飯はいりません	じゃこチーズトースト ハンバーグ ブロッコリーのカレー和え 牛乳・果物																																																																																																																					
おやつ	一口パリパリピザ 牛乳	ジャムバターサンド 牛乳	おから入り揚げドーナツ スキムココア	チーズいもち 牛乳	味噌焼きおにぎり 牛乳	マスカットゼリー おせんべい																																																																																																																					
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>404Kcal</td> <td>440Kcal</td> <td>443Kcal</td> <td>491Kcal</td> <td>434Kcal</td> <td>463Kcal</td> <td>421Kcal</td> <td>444Kcal</td> </tr> <tr> <td>21.3g</td> <td>16.2g</td> <td>22.3g</td> <td>20.2g</td> <td>24.6g</td> <td>22.4g</td> <td>25.2g</td> <td>21.9g</td> </tr> <tr> <td>20.0g</td> <td>13.4g</td> <td>17.8g</td> <td>15.6g</td> <td>14.3g</td> <td>9.7g</td> <td>20.5g</td> <td>13.8g</td> </tr> <tr> <td>2.2g</td> <td>1.5g</td> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> <td>1.9g</td> <td>1.5g</td> <td>2.3g</td> <td>1.7g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	404Kcal	440Kcal	443Kcal	491Kcal	434Kcal	463Kcal	421Kcal	444Kcal	21.3g	16.2g	22.3g	20.2g	24.6g	22.4g	25.2g	21.9g	20.0g	13.4g	17.8g	15.6g	14.3g	9.7g	20.5g	13.8g	2.2g	1.5g	2.4g	1.8g	1.9g	1.5g	2.3g	1.7g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>443Kcal</td> <td>491Kcal</td> <td>434Kcal</td> <td>463Kcal</td> <td>421Kcal</td> <td>444Kcal</td> <td>540Kcal</td> <td>425Kcal</td> </tr> <tr> <td>22.3g</td> <td>20.2g</td> <td>24.6g</td> <td>22.4g</td> <td>25.2g</td> <td>21.9g</td> <td>26.4g</td> <td>20.6g</td> </tr> <tr> <td>17.8g</td> <td>15.6g</td> <td>14.3g</td> <td>9.7g</td> <td>20.5g</td> <td>13.8g</td> <td>16.8g</td> <td>14.1g</td> </tr> <tr> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> <td>1.9g</td> <td>1.5g</td> <td>2.3g</td> <td>1.7g</td> <td>3.0g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	443Kcal	491Kcal	434Kcal	463Kcal	421Kcal	444Kcal	540Kcal	425Kcal	22.3g	20.2g	24.6g	22.4g	25.2g	21.9g	26.4g	20.6g	17.8g	15.6g	14.3g	9.7g	20.5g	13.8g	16.8g	14.1g	2.4g	1.8g	1.9g	1.5g	2.3g	1.7g	3.0g	2.2g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>465Kcal</td> <td>461Kcal</td> <td>540Kcal</td> <td>425Kcal</td> <td>421Kcal</td> <td>444Kcal</td> <td>540Kcal</td> <td>425Kcal</td> </tr> <tr> <td>21.4g</td> <td>19.9g</td> <td>26.4g</td> <td>20.6g</td> <td>25.2g</td> <td>21.9g</td> <td>26.4g</td> <td>20.6g</td> </tr> <tr> <td>14.6g</td> <td>13.1g</td> <td>16.8g</td> <td>14.1g</td> <td>20.5g</td> <td>13.8g</td> <td>16.8g</td> <td>14.1g</td> </tr> <tr> <td>2.2g</td> <td>2.0g</td> <td>3.0g</td> <td>2.2g</td> <td>2.3g</td> <td>1.7g</td> <td>3.0g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	465Kcal	461Kcal	540Kcal	425Kcal	421Kcal	444Kcal	540Kcal	425Kcal	21.4g	19.9g	26.4g	20.6g	25.2g	21.9g	26.4g	20.6g	14.6g	13.1g	16.8g	14.1g	20.5g	13.8g	16.8g	14.1g	2.2g	2.0g	3.0g	2.2g	2.3g	1.7g	3.0g	2.2g
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
404Kcal	440Kcal	443Kcal	491Kcal	434Kcal	463Kcal	421Kcal	444Kcal																																																																																																																				
21.3g	16.2g	22.3g	20.2g	24.6g	22.4g	25.2g	21.9g																																																																																																																				
20.0g	13.4g	17.8g	15.6g	14.3g	9.7g	20.5g	13.8g																																																																																																																				
2.2g	1.5g	2.4g	1.8g	1.9g	1.5g	2.3g	1.7g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
443Kcal	491Kcal	434Kcal	463Kcal	421Kcal	444Kcal	540Kcal	425Kcal																																																																																																																				
22.3g	20.2g	24.6g	22.4g	25.2g	21.9g	26.4g	20.6g																																																																																																																				
17.8g	15.6g	14.3g	9.7g	20.5g	13.8g	16.8g	14.1g																																																																																																																				
2.4g	1.8g	1.9g	1.5g	2.3g	1.7g	3.0g	2.2g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
465Kcal	461Kcal	540Kcal	425Kcal	421Kcal	444Kcal	540Kcal	425Kcal																																																																																																																				
21.4g	19.9g	26.4g	20.6g	25.2g	21.9g	26.4g	20.6g																																																																																																																				
14.6g	13.1g	16.8g	14.1g	20.5g	13.8g	16.8g	14.1g																																																																																																																				
2.2g	2.0g	3.0g	2.2g	2.3g	1.7g	3.0g	2.2g																																																																																																																				
日付	10日	11日 お花見ピクニック	12日	13日	14日	15日 さくら組親子レク																																																																																																																					
給食	根菜カレー スパゲティサラダ 小松菜のおかか和え スープ・果物	豚汁 果物 ※全園児おにぎりの持参をお願いします。	卵のキッシュ風 きゅうりの和え物 トマト みそ汁・果物	ハンペンフライ ひじきのポテトサラダ 法蓮草のごま和え スープ・果物	チャンボンうどん ごぼうのサラダ ブロッコリー赤黄和え 果物 ご飯はいりません	ツナサンド キャンディチーズ ミニトマト 牛乳・果物																																																																																																																					
おやつ	りんごゼリー・ウエハース 以：牛乳 未：麦茶	黒糖蒸しパン 牛乳	ハウムクーヘン 以：牛乳 未：麦茶	マーラーカオ 以：牛乳 未：麦茶	卵サンド 牛乳	ジョア ムーンライトクッキー																																																																																																																					
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>526Kcal</td> <td>507Kcal</td> <td>385Kcal</td> <td>419Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>490Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>457Kcal</td> </tr> <tr> <td>22.2g</td> <td>17.1g</td> <td>24.0g</td> <td>21.1g</td> <td>21.2g</td> <td>16.7g</td> <td>25.4g</td> <td>19.1g</td> </tr> <tr> <td>17.0g</td> <td>14.9g</td> <td>12.7g</td> <td>8.4g</td> <td>18.6g</td> <td>16.3g</td> <td>18.0g</td> <td>15.3g</td> </tr> <tr> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>1.4g</td> <td>1.1g</td> <td>1.5g</td> <td>0.9g</td> <td>2.4g</td> <td>1.6g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	526Kcal	507Kcal	385Kcal	419Kcal	467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal	22.2g	17.1g	24.0g	21.1g	21.2g	16.7g	25.4g	19.1g	17.0g	14.9g	12.7g	8.4g	18.6g	16.3g	18.0g	15.3g	2.6g	1.9g	1.4g	1.1g	1.5g	0.9g	2.4g	1.6g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>385Kcal</td> <td>419Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>490Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>457Kcal</td> <td>544Kcal</td> <td>410Kcal</td> </tr> <tr> <td>24.0g</td> <td>21.1g</td> <td>21.2g</td> <td>16.7g</td> <td>25.4g</td> <td>19.1g</td> <td>26.1g</td> <td>20.4g</td> </tr> <tr> <td>12.7g</td> <td>8.4g</td> <td>18.6g</td> <td>16.3g</td> <td>18.0g</td> <td>15.3g</td> <td>22.2g</td> <td>14.7g</td> </tr> <tr> <td>1.4g</td> <td>1.1g</td> <td>1.5g</td> <td>0.9g</td> <td>2.4g</td> <td>1.6g</td> <td>2.8g</td> <td>2.1g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	385Kcal	419Kcal	467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal	544Kcal	410Kcal	24.0g	21.1g	21.2g	16.7g	25.4g	19.1g	26.1g	20.4g	12.7g	8.4g	18.6g	16.3g	18.0g	15.3g	22.2g	14.7g	1.4g	1.1g	1.5g	0.9g	2.4g	1.6g	2.8g	2.1g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>467Kcal</td> <td>490Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>457Kcal</td> <td>544Kcal</td> <td>410Kcal</td> <td>544Kcal</td> <td>410Kcal</td> </tr> <tr> <td>21.2g</td> <td>16.7g</td> <td>25.4g</td> <td>19.1g</td> <td>26.1g</td> <td>20.4g</td> <td>26.1g</td> <td>20.4g</td> </tr> <tr> <td>18.6g</td> <td>16.3g</td> <td>18.0g</td> <td>15.3g</td> <td>22.2g</td> <td>14.7g</td> <td>22.2g</td> <td>14.7g</td> </tr> <tr> <td>1.5g</td> <td>0.9g</td> <td>2.4g</td> <td>1.6g</td> <td>2.8g</td> <td>2.1g</td> <td>2.8g</td> <td>2.1g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal	544Kcal	410Kcal	544Kcal	410Kcal	21.2g	16.7g	25.4g	19.1g	26.1g	20.4g	26.1g	20.4g	18.6g	16.3g	18.0g	15.3g	22.2g	14.7g	22.2g	14.7g	1.5g	0.9g	2.4g	1.6g	2.8g	2.1g	2.8g	2.1g
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
526Kcal	507Kcal	385Kcal	419Kcal	467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal																																																																																																																				
22.2g	17.1g	24.0g	21.1g	21.2g	16.7g	25.4g	19.1g																																																																																																																				
17.0g	14.9g	12.7g	8.4g	18.6g	16.3g	18.0g	15.3g																																																																																																																				
2.6g	1.9g	1.4g	1.1g	1.5g	0.9g	2.4g	1.6g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
385Kcal	419Kcal	467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal	544Kcal	410Kcal																																																																																																																				
24.0g	21.1g	21.2g	16.7g	25.4g	19.1g	26.1g	20.4g																																																																																																																				
12.7g	8.4g	18.6g	16.3g	18.0g	15.3g	22.2g	14.7g																																																																																																																				
1.4g	1.1g	1.5g	0.9g	2.4g	1.6g	2.8g	2.1g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
467Kcal	490Kcal	467Kcal	457Kcal	544Kcal	410Kcal	544Kcal	410Kcal																																																																																																																				
21.2g	16.7g	25.4g	19.1g	26.1g	20.4g	26.1g	20.4g																																																																																																																				
18.6g	16.3g	18.0g	15.3g	22.2g	14.7g	22.2g	14.7g																																																																																																																				
1.5g	0.9g	2.4g	1.6g	2.8g	2.1g	2.8g	2.1g																																																																																																																				
日付	17日	18日	19日	20日	21日 誕生会	22日																																																																																																																					
給食	鶏ちゃん焼き 粉吹き芋 春雨と胡瓜の酢の物 みそ汁・果物	鮭のマヨネーズ焼き 切干大根のカレー炒め にらともやしのナムル みそ汁・果物	豆腐入りハンバーグ コールスローサラダ 人参しりしり すまし汁・果物	野菜入り炒り卵 マカロニケチャップソテー 磯香浸し みそ汁・果物	アスパラガスとベーコンのスパゲティ チキンカツ トマト スープ・果物 ご飯はいりません	ホットドッグ 茹でブロッコリー 牛乳 果物																																																																																																																					
おやつ	麩のラスク スキムココア	ごま団子 牛乳	焼きうどん 牛乳	ソフル ぱりんこ	ケーキデコレ リンゴジュース	ブドウジュース サブレ																																																																																																																					
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>382Kcal</td> <td>433Kcal</td> <td>435Kcal</td> <td>449Kcal</td> <td>433Kcal</td> <td>470Kcal</td> <td>367Kcal</td> <td>471Kcal</td> </tr> <tr> <td>28.7g</td> <td>25.3g</td> <td>24.2g</td> <td>20.9g</td> <td>24.8g</td> <td>21.7g</td> <td>19.6g</td> <td>20.5g</td> </tr> <tr> <td>12.4g</td> <td>9.1g</td> <td>20.7g</td> <td>13.5g</td> <td>18.3g</td> <td>15.4g</td> <td>15.4g</td> <td>15.1g</td> </tr> <tr> <td>2.0g</td> <td>1.5g</td> <td>1.8g</td> <td>1.4g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>1.7g</td> <td>1.4g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	382Kcal	433Kcal	435Kcal	449Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal	28.7g	25.3g	24.2g	20.9g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g	12.4g	9.1g	20.7g	13.5g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g	2.0g	1.5g	1.8g	1.4g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>435Kcal</td> <td>449Kcal</td> <td>433Kcal</td> <td>470Kcal</td> <td>433Kcal</td> <td>470Kcal</td> <td>367Kcal</td> <td>471Kcal</td> </tr> <tr> <td>24.2g</td> <td>20.9g</td> <td>24.8g</td> <td>21.7g</td> <td>24.8g</td> <td>21.7g</td> <td>19.6g</td> <td>20.5g</td> </tr> <tr> <td>20.7g</td> <td>13.5g</td> <td>18.3g</td> <td>15.4g</td> <td>18.3g</td> <td>15.4g</td> <td>15.4g</td> <td>15.1g</td> </tr> <tr> <td>1.8g</td> <td>1.4g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>1.7g</td> <td>1.4g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	435Kcal	449Kcal	433Kcal	470Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal	24.2g	20.9g	24.8g	21.7g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g	20.7g	13.5g	18.3g	15.4g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g	1.8g	1.4g	2.6g	1.9g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>433Kcal</td> <td>470Kcal</td> <td>433Kcal</td> <td>470Kcal</td> <td>367Kcal</td> <td>471Kcal</td> <td>513Kcal</td> <td>441Kcal</td> </tr> <tr> <td>24.8g</td> <td>21.7g</td> <td>24.8g</td> <td>21.7g</td> <td>19.6g</td> <td>20.5g</td> <td>24.3g</td> <td>20.3g</td> </tr> <tr> <td>18.3g</td> <td>15.4g</td> <td>18.3g</td> <td>15.4g</td> <td>15.4g</td> <td>15.1g</td> <td>20.2g</td> <td>18.0g</td> </tr> <tr> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>1.7g</td> <td>1.4g</td> <td>2.9g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	433Kcal	470Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal	513Kcal	441Kcal	24.8g	21.7g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g	24.3g	20.3g	18.3g	15.4g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g	20.2g	18.0g	2.6g	1.9g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g	2.9g	2.2g
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
382Kcal	433Kcal	435Kcal	449Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal																																																																																																																				
28.7g	25.3g	24.2g	20.9g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g																																																																																																																				
12.4g	9.1g	20.7g	13.5g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g																																																																																																																				
2.0g	1.5g	1.8g	1.4g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
435Kcal	449Kcal	433Kcal	470Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal																																																																																																																				
24.2g	20.9g	24.8g	21.7g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g																																																																																																																				
20.7g	13.5g	18.3g	15.4g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g																																																																																																																				
1.8g	1.4g	2.6g	1.9g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
433Kcal	470Kcal	433Kcal	470Kcal	367Kcal	471Kcal	513Kcal	441Kcal																																																																																																																				
24.8g	21.7g	24.8g	21.7g	19.6g	20.5g	24.3g	20.3g																																																																																																																				
18.3g	15.4g	18.3g	15.4g	15.4g	15.1g	20.2g	18.0g																																																																																																																				
2.6g	1.9g	2.6g	1.9g	1.7g	1.4g	2.9g	2.2g																																																																																																																				
日付	24日	25日	26日	27日	28日 こどもの日の集い	29日																																																																																																																					
給食	豚肉の生姜焼き 青菜とハムのマヨ和え 若布とツナソテー みそけんちん汁・果物	鱈フライのタルタルソースかけ ブロッコリーのサラダ 法蓮草の海苔和え みそ汁・果物	麻婆豆腐 煮浸し 南瓜の煮物 スープ・果物	五目厚焼卵 ほうれん草とコーンのバター炒め マカロニサラダ みそ汁・果物	肉みそそば 南瓜のチーズ焼き キャベツと竹輪の胡麻和え 若竹汁・果物 ご飯はいりません	昭和の日																																																																																																																					
おやつ	青のりフライドポテト ジョア	ココアバナナケーキ スキムミルク	シリアルカスタードかけ 牛乳	さつま芋塩カラメル 牛乳	フルーツサンド リンゴジュース																																																																																																																						
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>411Kcal</td> <td>504Kcal</td> <td>439Kcal</td> <td>472Kcal</td> <td>450Kcal</td> <td>482Kcal</td> <td>454Kcal</td> <td>467Kcal</td> </tr> <tr> <td>25.4g</td> <td>25.0g</td> <td>24.0g</td> <td>22.0g</td> <td>22.1g</td> <td>19.7g</td> <td>21.1g</td> <td>19.1g</td> </tr> <tr> <td>19.2g</td> <td>17.9g</td> <td>19.4g</td> <td>14.1g</td> <td>16.3g</td> <td>14.0g</td> <td>23.3g</td> <td>15.8g</td> </tr> <tr> <td>2.1g</td> <td>1.7g</td> <td>2.0g</td> <td>1.5g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	411Kcal	504Kcal	439Kcal	472Kcal	450Kcal	482Kcal	454Kcal	467Kcal	25.4g	25.0g	24.0g	22.0g	22.1g	19.7g	21.1g	19.1g	19.2g	17.9g	19.4g	14.1g	16.3g	14.0g	23.3g	15.8g	2.1g	1.7g	2.0g	1.5g	2.6g	1.9g	2.4g	1.8g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>439Kcal</td> <td>472Kcal</td> <td>450Kcal</td> <td>482Kcal</td> <td>454Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>569Kcal</td> <td>510Kcal</td> </tr> <tr> <td>24.0g</td> <td>22.0g</td> <td>22.1g</td> <td>19.7g</td> <td>21.1g</td> <td>19.1g</td> <td>24.2g</td> <td>20.3g</td> </tr> <tr> <td>19.4g</td> <td>14.1g</td> <td>16.3g</td> <td>14.0g</td> <td>23.3g</td> <td>15.8g</td> <td>19.2g</td> <td>17.7g</td> </tr> <tr> <td>2.0g</td> <td>1.5g</td> <td>2.6g</td> <td>1.9g</td> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> <td>2.8g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	439Kcal	472Kcal	450Kcal	482Kcal	454Kcal	467Kcal	569Kcal	510Kcal	24.0g	22.0g	22.1g	19.7g	21.1g	19.1g	24.2g	20.3g	19.4g	14.1g	16.3g	14.0g	23.3g	15.8g	19.2g	17.7g	2.0g	1.5g	2.6g	1.9g	2.4g	1.8g	2.8g	2.2g	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> <td><以上児></td> <td><未満児></td> </tr> <tr> <td>454Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>454Kcal</td> <td>467Kcal</td> <td>569Kcal</td> <td>510Kcal</td> <td>454Kcal</td> <td>467Kcal</td> </tr> <tr> <td>21.1g</td> <td>19.1g</td> <td>21.1g</td> <td>19.1g</td> <td>24.2g</td> <td>20.3g</td> <td>24.2g</td> <td>20.3g</td> </tr> <tr> <td>23.3g</td> <td>15.8g</td> <td>23.3g</td> <td>15.8g</td> <td>19.2g</td> <td>17.7g</td> <td>19.2g</td> <td>17.7g</td> </tr> <tr> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> <td>2.4g</td> <td>1.8g</td> <td>2.8g</td> <td>2.2g</td> <td>2.8g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	454Kcal	467Kcal	454Kcal	467Kcal	569Kcal	510Kcal	454Kcal	467Kcal	21.1g	19.1g	21.1g	19.1g	24.2g	20.3g	24.2g	20.3g	23.3g	15.8g	23.3g	15.8g	19.2g	17.7g	19.2g	17.7g	2.4g	1.8g	2.4g	1.8g	2.8g	2.2g	2.8g	2.2g
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
411Kcal	504Kcal	439Kcal	472Kcal	450Kcal	482Kcal	454Kcal	467Kcal																																																																																																																				
25.4g	25.0g	24.0g	22.0g	22.1g	19.7g	21.1g	19.1g																																																																																																																				
19.2g	17.9g	19.4g	14.1g	16.3g	14.0g	23.3g	15.8g																																																																																																																				
2.1g	1.7g	2.0g	1.5g	2.6g	1.9g	2.4g	1.8g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
439Kcal	472Kcal	450Kcal	482Kcal	454Kcal	467Kcal	569Kcal	510Kcal																																																																																																																				
24.0g	22.0g	22.1g	19.7g	21.1g	19.1g	24.2g	20.3g																																																																																																																				
19.4g	14.1g	16.3g	14.0g	23.3g	15.8g	19.2g	17.7g																																																																																																																				
2.0g	1.5g	2.6g	1.9g	2.4g	1.8g	2.8g	2.2g																																																																																																																				
<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>	<以上児>	<未満児>																																																																																																																				
454Kcal	467Kcal	454Kcal	467Kcal	569Kcal	510Kcal	454Kcal	467Kcal																																																																																																																				
21.1g	19.1g	21.1g	19.1g	24.2g	20.3g	24.2g	20.3g																																																																																																																				
23.3g	15.8g	23.3g	15.8g	19.2g	17.7g	19.2g	17.7g																																																																																																																				
2.4g	1.8g	2.4g	1.8g	2.8g	2.2g	2.8g	2.2g																																																																																																																				

給食室からお知らせ

- 🍷 さくら・ひまわり・すずらん組はお弁当箱にご飯を入れて持ってきてください。ご飯の量は110gが目安ですが、個人差があると思いますので、子どもが無理なく食べられる量を入れて下さい。
- 🍷 こすもす・すみれ・たんぽぽ組は完全給食なので、麺、パン以外の日はご飯がです。
- 🍷 都合によりメニューが変更となる場合があります。
- 🍷 11日はお花見ピクニックなので、全園児おにぎりを持参してください。
- 🍷 7日・14日・21日・28日は完全給食なので、以上児さんもご飯はいりません。

ブロッコリーのごま和え (意外と人気メニュー)

材料	作り方
<ul style="list-style-type: none"> ・ブロッコリー…1/2株 ・白いりごま…小さじ2 ・醤油…小さじ1 ・みりん…小さじ1 	<ol style="list-style-type: none"> ①ブロッコリーは食べやすい大きさに切り、茹でる。 ②ボールに醤油、みりんを合わせておき、ブロッコリー、ごまを入れ混ぜ合わせる。

※献立表に記載されている「以上児」は、さくら・ひまわり・すずらん組。「未満児」は、こすもす・すみれ・たんぽぽ組を示しています