



きゅうしょくだより

令和3年 3月31日発行 むさしの森保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます

暖かな春風に包まれ、期待が膨らむ新年度が始まりました。給食室では、旬の食材を使用した安全でおいしい給食を提供していきます。4月の給食は、子どもたちにとって食べやすく、人気の高いメニューが多くなっています。はじめて食べる子もそうでない子も少しずつ園の生活に慣れて、給食の時間をたのしみしてくれたりいいなと思います。玄関入ってまっすぐ進んだところに、今日の献立と食事サンプルを掲示していますので、お迎えの際に、お子さんと一緒に見ていってください。

～むさしの森保育園の給食はこんな給食～

曜日固定の
カレンダー形式→

食事バランスを
check →



手づくりの
おやつを基本と
しています。
毎日、できたて
ほやほやです

日付	6・20
曜日	(火)
	おひるごはん
主食	ごはん
主菜	さばのしおやき
副菜	はるさめともやし のそてー
その他	みそしる
その他	ばなな
	ごごのおやつ
	いももち
	ぎゅうにゅう
	材料
血や肉 になる	鯖 豆腐 味噌 【牛乳】
熱や力 になる	米 春雨 ごま油 バナナ【じゃがいも 片 栗粉 油 三温糖】
調子を 整える	人参 もやし コーン缶 なめこ ねぎ

← 2週間サイクルで1ヶ月に2回同じ献立
※苦手なものでも2回目に挑戦してみたり、
好きなものが増えたり、献立や食材の名前
を覚えたり、繰り返すことで成長する機会
を増やします。

💡 昼食のみ、
できる限り卵を
使用しない献立
にしています。

朝一番で昆布、煮干し、かつおの厚削りそのものから出汁をとることがこだわりでありおいしさの秘訣です。

← ひらがなが読めるようになったら、
お子さんの見えるところに貼って
活用してみてください♪

💡 日々の給食の中で
給食で楽しめる行事も
たくさんあります。
☆お誕生日会献立
☆行事食
☆畑で採れた野菜で
クッキング など

食材別に主な栄養源をcheck ↓

→ 主に、たんぱく質、カルシウム等

→ 主に、炭水化物、脂質等

→ 主に、ビタミン、ミネラル、食物繊維等

～埼玉県産「彩のきずな」を使用した金芽米で炊いています～

金芽米とは…玄米の栄養を残したまま舌触りのよくない部分を除き、旨味成分を保ったとても美味しいお米
ビタミン、ミネラル、食物繊維が白米よりも豊富

～調理室職員紹介～

今年度も
よろしくおねがいします

栄養士 (2名) 上田 詩帆 ・ 関口 紗也香
調理員 (4名) 阿部 暢子 ・ 上野 若菜 ・ 菅間 美里 ・ 星野 聡美

