



園 だ よ り

令和6年4月1日
社会福祉法人 カナの会
チャイルドスクエア狭山広瀬

入園、進級、おめでとうございます。

4月になり、一つずつ成長したチャイルドスクエア狭山広瀬のお友だち。新しいクラスのスタートです。チャイルドスクエア狭山広瀬も2年目になります。職員一同力を合わせて、お子様の笑顔あふれる保育園にして参ります。どうぞよろしくお願いいたします。
園長 五十嵐冴子



4月の行事予定

- 4月 1日(月) 入園式(通常保育)
- 4月 6日(土) 入園、進級お祝い会
クラス懇談会
- 4月 8日(月)~4月 12日(金)
身体測定
- 4月 10日(土) 避難訓練
- 4月 18日(木) 誕生会



誕生会

保育園では、毎月その月にお誕生日を迎えるお友だちをみんなで祝いしています。先生たちの出し物も子ども達の楽しみの一つです。



毎月の行事

- 誕生会・・・第3木曜日
- 避難訓練・・・10日

※変更になることもありますので、掲示等でお知らせします。



進級入園お祝い会・クラス懇談会

日にち：4月6日(土)
時間：9：30～10：30
ひよこ・りす・うさぎ
10：45～11：45
ぱんだ・きりん・ぞう
内容：ホールにてお祝い会をし、その後、各クラスにわかれて懇談会を行います。



親子遠足

日にち：5月25日(土)
時間：10：00～11：30 予定
場所：検討中！お楽しみに！

～お願い～

春はお散歩にとっても良い季節です。たくさん出かけたいと思いますので、欠席等のご連絡は9:00 までにさせていただきますようご協力をお願いいたします。



「私と小鳥と鈴と」 金子みすゞ

私が両手をひろげても、
お空はちっとも飛べないが、
飛べる小鳥は私のように、
地面を速くは走れない。

私がかからだをゆすっても、
きれいな音はでないけど、
あの鳴る鈴は私のように
たくさんな唄は知らないよ。

鈴と、小鳥と、それから私、
みんなちがって、みんないい。



金子みすゞさんの詩です。どこかで聞いたことがありませんか？「みんなちがって、みんないい」ととても素敵な言葉だと思います。お子様一人一人、違います。一年を通してお子様の「いい」をたくさん見つけていきます。そして、お子様自身が自信を持って自分のよいところを言えるようになってほしいと思います。



ほけんだより 4月号

令和6年4月
社会福祉法人カナの会
チャイルドスクエア狭山広瀬

ご入園、ご進級おめでとうございます。

春の暖かさと共に新しいクラスの生活が始まりました。今年度も保育園で過ごす一日一日を大切に、元気に楽しく生活していきたいと思えます。昨年度に引き続き、保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきたいと思えます。宜しくお願いいたします。

生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。



うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行ってみてください。



- 熱はありませんか？
- 顔色はよいですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

お願い

○送迎時には、玄関の手洗い場で手を洗いましょう。

○朝の検温時、**37.5℃以上**ある場合は、お預かりすることができません。また、**解熱後24時間**は、ご家庭で様子を見ていただきますようお願いいたします。

○怪我ややけど、ホクナリンテープを貼っているなど、お子様の状態がいつもと異なっている時は、保育士に必ずお伝え下さい。


○ひっかき傷になる恐れがございますので、爪が長くないか毎日ご確認をお願いいたします。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。





令和6年度4月
チャイルドスクエア狭山広瀬

ご進級・ご入園おめでとうございませう 

新しい先生・新しいお友達を迎え子供たちも初めは緊張と不安でいっぱいだと思います。
子ども達が早く園生活に慣れ、お友達と食べる給食が待ち遠しくなったり
ホッとする時間になるよう、給食室一丸となって安心安全で
おいしい給食を提供していきたいと思ひます。宜しくお願ひ致しませう。



食べ物調査票について

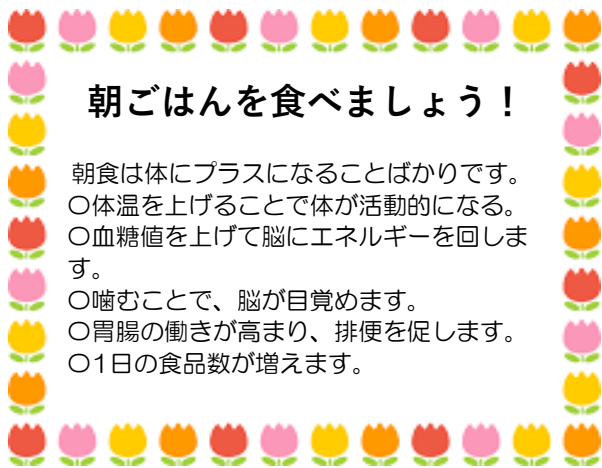
保育園で初めて食べたことが原因で起こるアレルギーの発症を防止するため、給食で使用する食材のご家庭での摂取状況を確認するためのものです。

ご家庭で食べたことのある食材に「○」をつけて下さい。
☆印の食材は今年度から調査票に追加した食材です。
園では一覧表の食材を基本的に提供していきますので、安全のためご家庭でも食べ進めて頂くようお願ひします。

また■印の食材はアレルギーの起こりやすい食材のため、給食での提供が始まる前に必ずご家庭で複数回試し、安全に食べられることを確認して下さい。

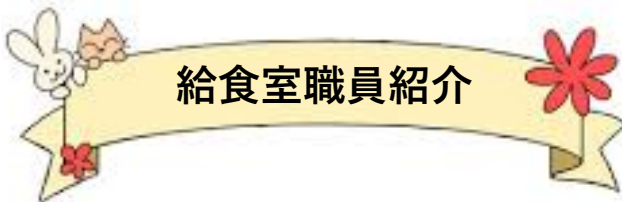
※まだ食べたことがなく、後から「○」の食材が増える際には食べた日付の記入もお願ひします。

※毎月の献立表の内容を見て、まだ食べたことのない食材がないようご協力をお願ひ致しませう。

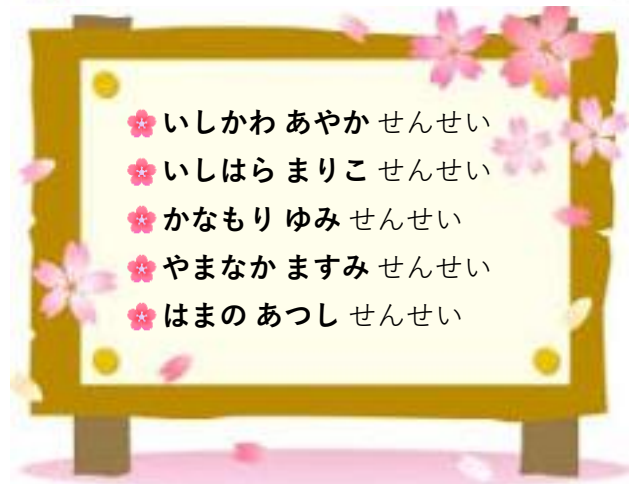


朝ごはんを食べませう！

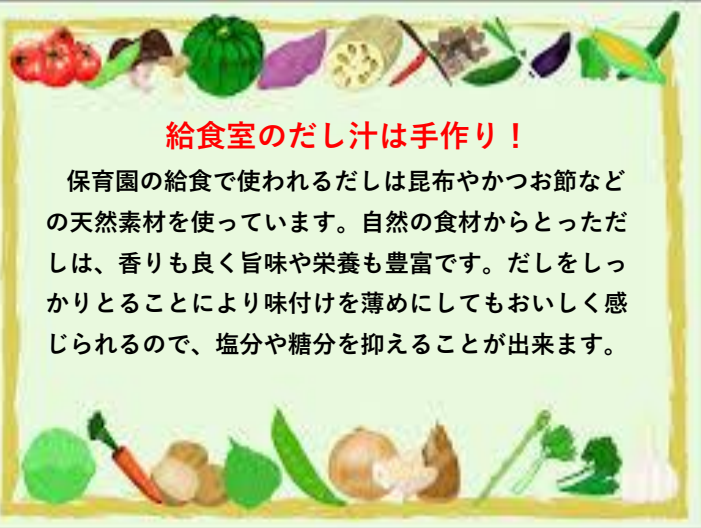
- 朝食は体にプラスになることばかりです。
- 体温を上げることで体が活動的になる。
- 血糖値を上げて脳にエネルギーを回しませう。
- 噛むことで、脳が目覚めませう。
- 胃腸の働きが高まり、排便を促しませう。
- 1日の食品数が増えませう。



給食室職員紹介



- ✿ いしかわあやか せんせい
- ✿ いしはらまりこ せんせい
- ✿ かなもりゆみ せんせい
- ✿ やまなかますみ せんせい
- ✿ はまのあつし せんせい



給食室のだし汁は手作り！

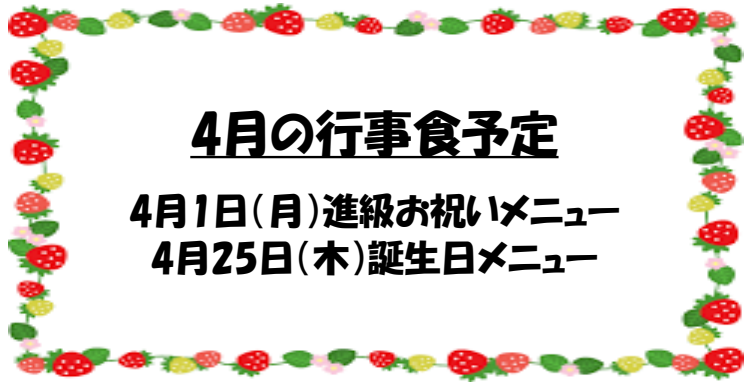
保育園の給食で使われるだしは昆布やかつお節などの天然素材を使っています。自然の食材からとっただしは、香りも良く旨味や栄養も豊富です。だしをしっかりとることにより味付けを薄めにしてもおいしく感じられるので、塩分や糖分を抑えることが出来ませう。



4月に初めて提供する食材

アスパラガス

まだ食べたことのないご家庭は
おうちで試してみして下さい。



4月の行事食予定

- 4月1日(月)進級お祝いメニュー
- 4月25日(木)誕生日メニュー





令和6年4月 献立表

チャイルドスクエア狭山広瀬 (3歳以上児)

日	曜			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー	
		昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	15	月	ゆかりごはん ひじき入りハンバーグ 切干大根の煮物 味噌汁 牛乳	麦茶 フルーツ寒天	ふたひき肉 鶏しほり 豆腐 だいず ひじき 牛乳 刻み昆布 油揚げ わかめ ★白みそ 寒天	米 バン粉 ★片栗粉 ★砂糖 じゃがいも	たまねぎ にんじん 切干大根 しいたけ みかん缶 パナナ パイナップル缶	I1種 - : 429kcal ﾀﾊﾞｸ: 18.5g 脂質: 13.2g	炭水化物: 65.5g 食塩相当量: 1.5g	小麦 乳 ﾊﾞﾅﾅ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
2	16	火	ごはん さわらのごま味噌かけ 高野豆腐と小松菜の炒め物 若竹汁 牛乳	牛乳 トマト蒸しﾊﾝ	さわら ★赤みそ 鶏むね 高野豆腐 牛乳 フロセスチーズ	米 ★砂糖 すりごま ★片栗粉 ★サラダ油 焼きふ ホットケーキミックス	たまねぎ ごまつな だけのこ みつば トマトジュース	I1種 - : 531kcal ﾀﾊﾞｸ: 28.6g 脂質: 19g	炭水化物: 66.4g 食塩相当量: 1.9g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
3	17	水	ごはん 鶏のごま照り焼き 馬令金平 味噌汁 牛乳	牛乳 南瓜ドーナツ	鶏もも 油揚げ だいず 豆腐 ★白みそ 牛乳 豆乳	米 ★砂糖 ごま じゃがいも ★サラダ油 ホットケーキミックス バター グラニュー糖	にんじん ごまつな かぼちゃ	I1種 - : 552kcal ﾀﾊﾞｸ: 24.4g 脂質: 20.9g	炭水化物: 72.8g 食塩相当量: 1.6g	小麦 乳 鶏肉 大豆 ごま
4	18	木	食ﾊﾝ 豆腐ﾗｻﾞﾆｱ ほうれん草ﾊﾀｰﾝｽｰﾌﾟ ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 麦茶	牛乳 中華おこわ	豆腐 ふたひき肉 フロセスチーズ 牛乳 ﾛｰｽﾊﾑ スｷﾞﾐﾙｸ 鶏むね	食ﾊﾝ ★薄力粉 ★サラダ油 ★オリーブ油 ﾊﾀｰ 米 もち米 ★砂糖 ★ごま油	たまねぎ ほうれんそう にんじん ｺｰﾝ しめじ えのきだけ ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶	I1種 - : 542kcal ﾀﾊﾞｸ: 26.5g 脂質: 22.9g	炭水化物: 64.9g 食塩相当量: 2.6g	小麦 乳 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
5	19	金	ごはん 春野菜のﾎﾄﾌ ｵﾆｵﾝｻﾗﾀﾞ ﾊﾞﾅﾅ 牛乳	牛乳 納豆チーズ ﾄｰｽﾄ	ツﾅ水煮缶 牛乳 ひきわり納豆 フロセスチーズ 刻みのり	米 じゃがいも 食ﾊﾝ	ｷﾞﾔﾍﾞｯ ｷﾞﾔﾍﾞｯ にんじん ｷﾞﾔﾍﾞｯ ﾌﾛｯｺﾘｰ ｷﾞﾔﾍﾞｯ ｷﾞﾔﾍﾞｯ ﾄﾏﾄ ｺｰﾝ ﾊﾞﾅﾅ	I1種 - : 571kcal ﾀﾊﾞｸ: 21.1g 脂質: 19.2g	炭水化物: 84.4g 食塩相当量: 1.9g	小麦 乳 ﾊﾞﾅﾅ 鶏肉 大豆
6	20	土	焼きうどん もやしのナムル 味噌汁 牛乳	牛乳 お麩ﾗｽｸ	ふたひき肉 あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳	うどん ★ごま油 ★砂糖 ごま さつまいも 焼きふ ﾊﾀｰ	ｷﾞﾔﾍﾞｯ もやし にんじん ｷﾞﾔﾍﾞｯ ほうれんそう	I1種 - : 374kcal ﾀﾊﾞｸ: 17g 脂質: 17g	炭水化物: 45.2g 食塩相当量: 1.5g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
8	22	月	ごはん 厚揚げの麻婆豆腐 切干大根のサラダ 春雨ｽｰﾌﾟ 牛乳	牛乳 お好み焼き	ふたひき肉 厚揚げ ★白みそ ★赤みそ ツﾅ水煮缶 ｻｰｽﾞ 牛乳 豚肩ﾛｰｽﾞ かつお節 あおのり	米 ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 ｾｰｽ ｺｰﾝ ★薄力粉 ★サラダ油	にら ｴﾘﾝｷﾞ 根菜ねぎ 切干大根 にんじん えだまめ ｺｰﾝ ｷﾞﾔﾍﾞｯ	I1種 - : 574kcal ﾀﾊﾞｸ: 26.6g 脂質: 24.6g	炭水化物: 68.1g 食塩相当量: 1.2g	小麦 乳 りんご 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆
9	23	火	ごはん 豚肉と野菜の塩あなかけ炒め 青菜納豆 味噌汁 牛乳	牛乳 サンドイッチ ﾛｰﾙ	豚肩ﾛｰｽﾞ 竹輪 ひきわり納豆 わかめ ★白みそ 牛乳 ｸﾘｰﾑチーズ	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 ★片栗粉 さといも 角型食ﾊﾝ いちごｼﾞｱﾑ ﾌﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｱﾑ	たまねぎ にんじん はくさい ｱｽﾞﾅ ほうれんそう もやし えのきだけ	I1種 - : 542kcal ﾀﾊﾞｸ: 24.5g 脂質: 22.1g	炭水化物: 67.5g 食塩相当量: 1.8g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
10	24	水	ごはん さばのカレーマヨ焼き ひじきの五目煮 豚汁 牛乳	牛乳 人参ゼリー	さば ひじき 油揚げ 豚肩ﾛｰｽﾞ 豆腐 ★白みそ ★赤みそ 牛乳 寒天	米 ﾏﾞﾖｰｽﾞ ｺﾝﾆﾔｸ ★砂糖	にんじん えだまめ だいにゃく 根菜ねぎ ごほう りんごｼﾞｱﾑ	I1種 - : 502kcal ﾀﾊﾞｸ: 24.4g 脂質: 22.2g	炭水化物: 59.5g 食塩相当量: 1.4g	小麦 乳 さば りんご 豚肉 大豆
11		木	ﾄﾏﾄｸﾘｰﾑﾊｽﾀ ﾏｾﾄﾞｱﾝｻﾗﾀﾞ ｵﾚﾝｼﾞ 牛乳	牛乳 チョコﾊﾞﾅﾅ ｹｰｷ	鶏もも 牛乳 ｻｰｽﾞ 豆腐	ﾏｶﾛﾆ・ｽﾊﾞｹｯﾃﾞ ﾊﾀｰ ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ﾊｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	たまねぎ にんじん しめじ ｷﾞﾔﾍﾞｯ 黄ピーマン ｾﾛﾘｰ ｵﾚﾝｼﾞ ﾊﾞﾅﾅ	I1種 - : 496kcal ﾀﾊﾞｸ: 21.5g 脂質: 17.6g	炭水化物: 70.1g 食塩相当量: 1.1g	小麦 乳 ｵﾚﾝｼﾞ ﾊﾞﾅﾅ 鶏肉 豚肉 大豆
12	26	金	わかめごはん 鶏の狭山茶から揚げ チーズサラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 ﾀﾞｷﾞおにぎり	わかめ 鶏もも 油揚げ ★白みそ 牛乳 かつお節	米 ごま ★片栗粉 ★薄力粉 ★サラダ油 ★砂糖	ﾌﾛｯｺﾘｰ にんじん たまねぎ ｷﾞﾔﾍﾞｯ かぼちゃ	I1種 - : 578kcal ﾀﾊﾞｸ: 25.5g 脂質: 19.2g	炭水化物: 82.3g 食塩相当量: 1.9g	小麦 乳 鶏肉 大豆 ごま
13	27	土	ねぎ塩豚丼 ｷﾞﾔﾍﾞｯのさっぱりサラダ ﾊﾞﾅﾅ 牛乳	麦茶 ﾌﾙｰﾁｬ (いちご)	豚もも 牛乳	米 ごま ★砂糖 ★サラダ油	たまねぎ 根菜ねぎ ごまつな ｷﾞﾔﾍﾞｯ ｷﾞﾔﾍﾞｯ ｺｰﾝ ﾚﾓﾝ果汁 ﾊﾞﾅﾅ	I1種 - : 408kcal ﾀﾊﾞｸ: 17.8g 脂質: 8.4g	炭水化物: 62.2g 食塩相当量: 0.7g	小麦 乳 ﾊﾞﾅﾅ 豚肉 大豆 ごま
25		木	ﾄﾏﾄｸﾘｰﾑﾊｽﾀ ﾏｾﾄﾞｱﾝｻﾗﾀﾞ ｵﾚﾝｼﾞ 牛乳	りんごｼﾞｱﾑ チョコﾊﾞﾅﾅ ｹｰｷ	鶏もも 牛乳 ｻｰｽﾞ 豆腐	ﾏｶﾛﾆ・ｽﾊﾞｹｯﾃﾞ ﾊﾀｰ ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ﾊｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	たまねぎ にんじん しめじ ｷﾞﾔﾍﾞｯ 黄ピーマン ｾﾛﾘｰ ｵﾚﾝｼﾞ りんごｼﾞｱﾑ ﾊﾞﾅﾅ	I1種 - : 478kcal ﾀﾊﾞｸ: 18.4g 脂質: 13.9g	炭水化物: 77.1g 食塩相当量: 1g	小麦 乳 ｵﾚﾝｼﾞ ﾊﾞﾅﾅ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
30		火	ごはん 炒りどり 豆腐の中華サラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ｸｯｷｰ	鶏むね 豆腐 しらす 竹輪 ★白みそ 牛乳	米 さといも ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 ﾊﾀｰ ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ★薄力粉	にんじん しいたけ ごほう れんご さやいんげん ｷﾞﾔﾍﾞｯ ﾚﾓﾝ果汁 ｶﾌﾞ ﾏﾞﾖｰｽﾞ	I1種 - : 499kcal ﾀﾊﾞｸ: 22.9g 脂質: 14.9g	炭水化物: 73.8g 食塩相当量: 1.4g	小麦 乳 ｵﾚﾝｼﾞ 鶏肉 大豆 ごま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がありますので、ご了承ください。

※★は調味料になっています。

※1日は進級祝いメニュー、25日は誕生日会メニューを提供します。

※22日は食育で以上児対象にｷﾞﾔﾍﾞｯちぎりをを行います。未満児も当日の状況次第で参加する場合があります。





令和6年4月 献立表

チャイルドスクエア狹山広瀬 (3歳未満児)

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー
		朝おやつ	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1	15	麦茶 マンナ (ビスケット)	ゆかりごはん ひじき入りハンバーグ 切干大根の煮物 味噌汁 牛乳	麦茶 フルーツ寒天	ぶたひき肉 鶏レバー 豆腐 だいず ひじき 牛乳 刻み昆布 油揚げ わかめ ★白みそ 寒天	米 パン粉 ★片栗粉 ★砂糖 ジャがいも	たまねぎ にんじん 切干大根 ししいたけ みかん缶 パナナ パインアップル缶	I補けり-: 373kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 15.4g 脂質: 11.7g	炭水化物: 56.3g 食塩相当量: 1.2g	小麦乳 パナナりんご 鶏肉 豚肉 大豆
2	16	麦茶 マリー	ごはん さわらのごま味噌かけ 高野豆腐と小松菜の炒め物 若竹汁 牛乳	牛乳 トマト蒸レバ ン	さわら ★赤みそ 鶏むね 高野豆腐 牛乳 プロセスチーズ	米 ★砂糖 すりごま ★片栗粉 ★サラダ油 焼きふ ホットケーキミックス	たまねぎ ごまつな たけのこ みつば トマトジュース	I補けり-: 476kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 24.3g 脂質: 17.2g	炭水化物: 59.2g 食塩相当量: 1.6g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
3	17	麦茶 皇たべよ	ごはん 鶏のごま照り焼き 馬令金平 味噌汁 牛乳	牛乳 南瓜ドーナツ	鶏もも 油揚げ だいず 豆腐 ★白みそ 牛乳 豆乳	米 ★砂糖 ごま ジャがいも ★サラダ油 ホットケーキミックス バター グラニュー糖	にんじん ごまつな かぼちゃ	I補けり-: 483kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 21g 脂質: 19.2g	炭水化物: 62.2g 食塩相当量: 1.3g	小麦乳 鶏肉 大豆 ごま
4	18	麦茶 ビスコ	食パン 豆腐ラザニア ほうれん草バターソテー コーンスープ 麦茶	牛乳 中華おこわ	豆腐 ぶたひき肉 プロセスチーズ 牛乳 ロースハム スキムミルク 鶏むね	食パン ★薄力粉 ★サラダ油 ★オリーブ油 バター 米 もち米 ★砂糖 ★ごま油	たまねぎ ほうれんそう にんじん コーン しめじ えのきたけ クリームコーン缶	I補けり-: 453kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 21.2g 脂質: 19.8g	炭水化物: 52.5g 食塩相当量: 2g	小麦乳 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
5	19	麦茶 マンナ (ウェハース)	ごはん 春野菜のポトフ オニオンサラダ パナナ 牛乳	牛乳 納豆チーズ トースト	ツナ水煮缶 牛乳 ひきわり納豆 プロセスチーズ 刻みのり	米 ジャがいも 食パン	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり トマト コーン パナナ	I補けり-: 492kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 18.1g 脂質: 17.5g	炭水化物: 71.2g 食塩相当量: 1.7g	小麦乳 パナナ 鶏肉 大豆
6	20	麦茶 お菓子	焼きうどん もやしのナムル 味噌汁 牛乳	牛乳 お麩ラスク	ぶたひき肉 あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳	うどん ★ごま油 ★砂糖 ごま さつまいも 焼きふ バター	キャベツ もやし にんじん いら ほうれんそう	I補けり-: 332kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 14.6g 脂質: 15.2g	炭水化物: 39.6g 食塩相当量: 1.2g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
8	22	麦茶 マンナ (ビスケット)	ごはん 厚揚げの麻婆豆腐 切干大根のサラダ 春雨スープ 牛乳	牛乳 お好み焼き	ぶたひき肉 厚揚げ ★白みそ ★赤みそ ツナ水煮缶 ロースハム 牛乳 豚肩ロース かつお節 あおのり	米 ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 ほろさめ ごま ★薄力粉 ★サラダ油	いら エリンギ 根菜ねぎ 切干大根 にんじん えだまめ ごまつな キャベツ	I補けり-: 497kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 22.5g 脂質: 21.5g	炭水化物: 59.6g 食塩相当量: 1.2g	小麦乳 りんご 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
9	23	麦茶 マリー	ごはん 豚肉と野菜の塩あかけ炒め 青菜納豆 味噌汁 牛乳	牛乳 サンドイッチ ロール	豚肩ロース 竹輪 ひきわり納豆 わかめ ★白みそ 牛乳 クリームチーズ	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 ★片栗粉 さといも 角型食パン いちごジャム ブルーベリージャム	たまねぎ にんじん はくさい アスパラガス ほうれんそう もやし えのきたけ	I補けり-: 482kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 21.2g 脂質: 19.7g	炭水化物: 60.3g 食塩相当量: 1.6g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
10	24	麦茶 皇たべよ	ごはん さばのカレーマヨ焼き ひじきの五目煮 豚汁 牛乳	牛乳 人參ゼリー	さば ひじき 油揚げ 豚肩ロース 豆腐 ★白みそ ★赤みそ 牛乳 寒天	米 マヨネーズ こんにゃく ★砂糖	にんじん えだまめ だいこん 根菜ねぎ ごぼう りんごジュース	I補けり-: 440kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 20.7g 脂質: 20.2g	炭水化物: 51.9g 食塩相当量: 1.1g	小麦乳 さば りんご 豚肉 大豆
11		麦茶 ビスコ	トマトクリームパスタ マセドアンサラダ オレンジ 牛乳	牛乳 チョコパナナ ケーキ	鶏もも 牛乳 ロースハム 豆乳	マカロニ・スパゲッティ バター ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり 黄ピーマン セロリー オレンジ パナナ	I補けり-: 445kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 18.3g 脂質: 16.5g	炭水化物: 60.9g 食塩相当量: 0.9g	小麦乳 オレンジ パナナ 鶏肉 豚肉 大豆
12	26	麦茶 マンナ (ウェハース)	わかめごはん 鶏の狭山茶から揚げ チーズサラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 夕焼けおにぎ り	わかめ 鶏もも 油揚げ ★白みそ 牛乳 かつお節	米 ごま ★片栗粉 ★薄力粉 ★サラダ油 ★砂糖	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり かぼちゃ	I補けり-: 501kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 21.7g 脂質: 17.5g	炭水化物: 69.5g 食塩相当量: 1.6g	小麦乳 鶏肉 大豆 ごま
13	27	麦茶 お菓子	ねぎ塩豚丼 キャベツのさっぱりサラダ パナナ 牛乳	麦茶 フルーチェ (いちご)	豚もも 牛乳	米 ごま ★砂糖 ★サラダ油	たまねぎ 根菜ねぎ ごまつな キャベツ きゅうり コーン レモン果汁 パナナ	I補けり-: 347kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 15.1g 脂質: 7.6g	炭水化物: 52.6g 食塩相当量: 0.5g	小麦乳 パナナ 豚肉 大豆 ごま
25		麦茶 ビスコ	トマトクリームパスタ マセドアンサラダ オレンジ 牛乳	りんごジュース チョコパナナ ケーキ	鶏もも 牛乳 ロースハム 豆乳	マカロニ・スパゲッティ バター ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり 黄ピーマン セロリー オレンジ りんごジュース パナナ	I補けり-: 427kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 15.2g 脂質: 12.8g	炭水化物: 67.9g 食塩相当量: 0.8g	小麦乳 オレンジ パナナ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
30		麦茶 マリー	ごはん 炒りどり 豆腐の中華サラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 マーマレード クッキー	鶏むね 豆腐 しらす 竹輪 ★白みそ 牛乳	米 さといも ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 バター マーマレード ★薄力粉	にんじん ししいたけ ごぼう れんこん さやいんげん きゅうり レモン果汁 かぶ かぶ菜	I補けり-: 459kcal ｸﾞﾗｸﾞ: 20.4g 脂質: 13.9g	炭水化物: 67.9g 食塩相当量: 1.1g	小麦乳 オレンジ 鶏肉 大豆 ごま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がありますので、ご了承ください。

※★は調味料になっています。

※1日は進級祝いメニュー、25日は誕生日会メニューを提供します。

※22日は食育で以上児対象にキャベツちぎりを行います。未満児も当日の状況次第で参加する場合があります。





令和6年4月 献立表

チャイルドスクエア狭山広瀬 (完了期)

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー
		朝おやつ	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1	15	麦茶 マンナ (ビスケット)	ゆかりごはん ひじき入りハンバーグ 切干大根の煮物 味噌汁 牛乳	麦茶 フルーツ寒天	ぶたひき肉 鶏レバー 豆腐 だいず ひじき 牛乳 刻み昆布 油揚げ わかめ ★白みそ 寒天	米 パン粉 ★片栗粉 ★砂糖 ジャがいも	たまねぎ にんじん 切干大根 ししいたけ みかん缶 パナナ パインアップル缶	I1補干-: 334kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 14g 脂質: 10.7g	炭水化物: 53.3g 食塩相当量: 1.2g	小麦乳 パナナりんご 鶏肉 豚肉 大豆
2	16	麦茶 マリー	ごはん さわらのごま味噌かけ 高野豆腐と小松菜の炒め物 若竹汁 牛乳	牛乳 トマト蒸レバ ン	さわら ★赤みそ 鶏むね 高野豆腐 牛乳 プロセスチーズ	米 ★砂糖 すりごま ★片栗粉 ★サラダ油 焼きふ ホットケーキミックス	たまねぎ ごまつな たけのこ みつば トマトジュース	I1補干-: 430kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 14g 22.4g 脂質: 16.2g	炭水化物: 53.6g 食塩相当量: 1.5g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
3	17	麦茶 皇たべよ	ごはん 鶏のごま照り焼き 馬令金平 味噌汁 牛乳	牛乳 南瓜ドーナツ	鶏もも 油揚げ だいず 豆腐 ★白みそ 牛乳 豆乳	米 ★砂糖 ごま ジャがいも ★サラダ油 ホットケーキミックス バター グラニュー糖	にんじん ごまつな かぼちゃ	I1補干-: 437kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 19.5g 19.2g 脂質: 17.9g	炭水化物: 56g 食塩相当量: 1.3g	小麦乳 鶏肉 大豆 ごま
4	18	麦茶 ビスコ	食パン 豆腐ラザニア ほうれん草バターソテー コーンスープ 麦茶	牛乳 中華おこわ	豆腐 ぶたひき肉 プロセスチーズ 牛乳 ロースハム スキムミルク 鶏むね	食パン ★薄力粉 ★サラダ油 ★オリーブ油 バター 米 もち米 ★砂糖 ★ごま油	たまねぎ ほうれんそう にんじん コーン しめじ えのきたけ クリームコーン缶	I1補干-: 414kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 19.5g 脂質: 18.2g	炭水化物: 48.5g 食塩相当量: 1.8g	小麦乳 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
5	19	麦茶 マンナ (ウェハース)	ごはん 春野菜のポトフ オニオンサラダ パナナ 牛乳	牛乳 納豆チーズ トースト	ツナ水煮缶 牛乳 ひきわり納豆 プロセスチーズ 刻みのり	米 ジャがいも 食パン	キャベツ にんじん たまねぎ ブロッコリー きゅうり トマト コーン パナナ	I1補干-: 447kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 16.7g 脂質: 16.4g	炭水化物: 63.9g 食塩相当量: 1.3g	小麦乳 パナナ 鶏肉 大豆
6	20	麦茶 お菓子	焼きうどん もやしのナムル 味噌汁 牛乳	牛乳 お昼ラスク	ぶたひき肉 あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳	うどん ★ごま油 ★砂糖 ごま さつまいも 焼きふ バター	キャベツ もやし にんじん いら ほうれんそう	I1補干-: 304kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 13.8g 脂質: 14.3g	炭水化物: 36.2g 食塩相当量: 1.2g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
8	22	麦茶 マンナ (ビスケット)	ごはん 厚揚げの麻婆豆腐 切干大根のサラダ 春雨スープ 牛乳	牛乳 お好み焼き	ぶたひき肉 厚揚げ ★白みそ ★赤みそ ツナ水煮缶 ロースハム 牛乳 豚肩ロース かつお節 あおのり	米 ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 ほろさめ ごま ★薄力粉 ★サラダ油	いら エリンギ 根菜ねぎ 切干大根 にんじん えだまめ ごまつな キャベツ	I1補干-: 452kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 20.7g 脂質: 20.1g	炭水化物: 53.2g 食塩相当量: 0.9g	小麦乳 りんご 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
9	23	麦茶 マリー	ごはん 豚肉と野菜の塩あかけ炒め 青菜納豆 味噌汁 牛乳	牛乳 サンドイッチ ロール	豚肩ロース 竹輪 ひきわり納豆 わかめ ★白みそ 牛乳 クリームチーズ	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 ★片栗粉 さといも 角型食パン いちごジャム ブルーベリージャム	たまねぎ にんじん はくさい アスパラガス ほうれんそう もやし えのきたけ	I1補干-: 440kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 19.4g 脂質: 18.3g	炭水化物: 54.8g 食塩相当量: 1.4g	小麦乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 ごま
10	24	麦茶 皇たべよ	ごはん さばのカレーマヨ焼き ひじきの五目煮 豚汁 牛乳	牛乳 人參ゼリー	さば ひじき 油揚げ 豚肩ロース 豆腐 ★白みそ ★赤みそ 牛乳 寒天	米 マヨネーズ こんにゃく ★砂糖	にんじん えだまめ だいこん 根菜ねぎ ごぼう りんごジュース	I1補干-: 403kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 19g 脂質: 18.8g	炭水化物: 47g 食塩相当量: 1g	小麦乳 さば りんご 豚肉 大豆
11		麦茶 ビスコ	トマトクリームパスタ マセドアンサラダ オレンジ 牛乳	牛乳 チョコパナナ ケーキ	鶏もも 牛乳 ロースハム 豆乳	マカロニ・スパゲッティ バター ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり 黄ピーマン セロリー オレンジ パナナ	I1補干-: 408kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 17.1g 脂質: 15.6g	炭水化物: 55g 食塩相当量: 0.7g	小麦乳 オレンジ パナナ 鶏肉 豚肉 大豆
12	26	麦茶 マンナ (ウェハース)	わかめごはん 鶏の狭山茶から揚げ チーズサラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 夕焼けおにぎ り	わかめ 鶏もも 油揚げ ★白みそ 牛乳 かつお節	米 ごま ★片栗粉 ★薄力粉 ★サラダ油 ★砂糖	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり かぼちゃ	I1補干-: 456kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 19.8g 脂質: 16.6g	炭水化物: 62.2g 食塩相当量: 1.5g	小麦乳 鶏肉 大豆 ごま
13	27	麦茶 お菓子	ねぎ塩豚丼 キャベツのさっぱりサラダ パナナ 牛乳	麦茶 フルーチェ (いちご)	豚もも 牛乳	米 ごま ★砂糖 ★サラダ油	たまねぎ 根菜ねぎ ごまつな キャベツ きゅうり コーン レモン果汁 パナナ	I1補干-: 308kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 13.6g 脂質: 7.2g	炭水化物: 46.8g 食塩相当量: 0.5g	小麦乳 パナナ 豚肉 大豆 ごま
25		麦茶 ビスコ	トマトクリームパスタ マセドアンサラダ オレンジ 牛乳	りんごジュース チョコパナナ ケーキ	鶏もも 牛乳 ロースハム 豆乳	マカロニ・スパゲッティ バター ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり 黄ピーマン セロリー オレンジ りんごジュース パナナ	I1補干-: 390kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 14g 脂質: 11.9g	炭水化物: 62g 食塩相当量: 0.6g	小麦乳 オレンジ パナナ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
30		麦茶 マリー	ごはん 炒りどり 豆腐の中華サラダ 味噌汁 牛乳	牛乳 マーマレード クッキー	鶏むね 豆腐 しらす 竹輪 ★白みそ 牛乳	米 さといも ★サラダ油 ★砂糖 ★ごま油 バター マーマレード ★薄力粉	にんじん ししいたけ ごぼう れんこん さやいんげん きゅうり レモン果汁 かぶ かぶ菜	I1補干-: 422kcal ﾀﾞﾊﾞｸ: 18.8g 脂質: 13.3g	炭水化物: 61.3g 食塩相当量: 1.1g	小麦乳 オレンジ 鶏肉 大豆 ごま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がありますので、ご了承ください。

※★は調味料になっています。

※1日は進級祝いメニュー、25日は誕生日会メニューを提供します。

※22日は食育で以上児対象にキャベツちぎりを行います。未満児も当日の状況次第で参加する場合があります。





令和6年4月 献立表

チャイルドスクエア狭山広瀬 (離乳食)

日	曜日	離乳後期		離乳中期		離乳初期		
		主食	副食	主食	副食	主食	副食	
1	15	月	3倍がゆ~軟飯	ひじき入りハンバーグ かぶの薄くす煮 味噌汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	豆腐煮 かぶの煮物 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト ジャガイモ・人参ペースト 和風スープ 麦茶
2	16	火	3倍がゆ~軟飯	さわらのごま味噌かけ 高野豆腐と小松菜の煮物 すまし汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	カレーのあんかけ 青菜の煮物 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	白身魚ペースト 小松菜・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
3	17	水	3倍がゆ~軟飯	鶏のごま照り煮 馬令金平 味噌汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	鶏肉煮 ジャガイモ煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト ジャガイモ・人参ペースト 小松菜ペースト 麦茶
4	18	木	食パン	鶏と豆腐のトマト煮 ほうれん草バター煮 コーンスープ 麦茶	パンがゆ	鶏と豆腐のトマト煮 ほうれん草煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト 麦茶
5	19	金	3倍がゆ~軟飯	春野菜のポトフ オニオンサラダ バナナ 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	春野菜のミルク煮 カラフル野菜煮 バナナ煮 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	白身魚ペースト キャベツ・人参ペースト ブロッコリーペースト 麦茶
6	20	土	焼きうどん	もやしのだんご 味噌汁 麦茶	肉豆腐うどん	青菜煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	ほうれん草・人参ペースト さつまいもペースト 麦茶
8	22	月	3倍がゆ~軟飯	麻婆豆腐 お麩のふわふわ煮 春雨スープ 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	豆腐のおかか煮 お麩のふわふわ煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト 麦茶
9	23	火	3倍がゆ~軟飯	豚肉と野菜の塩あんかけ 青菜納豆煮 味噌汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	白身魚の野菜煮 納豆煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	白身魚ペースト ほうれん草・人参ペースト 和風スープ 麦茶
10	24	水	3倍がゆ~軟飯	白身魚の煮つけ ひじきの煮物 豚汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	白身魚の煮つけ 根菜の煮物 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	白身魚ペースト 大根・人参ペースト 和風スープ 麦茶
11	25	木	トマトクリームパスタ	野菜サラダ みかん缶 麦茶	トマト煮込みうどん	野菜煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト 人参・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
12	26	金	わかめそうすい	鶏肉の照り煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	鶏肉の和風煮 ブロッコリー煮 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	人参・玉ねぎペースト ブロッコリーペースト かぼちゃペースト 麦茶
13	27	土	ねぎ塩豚雑炊	キャベツのさっぱりサラダ バナナ 麦茶	鶏雑炊	キャベツ煮 バナナ煮 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	白身魚ペースト キャベツペースト 和風スープ 麦茶
30		火	3倍がゆ~軟飯	鶏肉の和風煮 豆腐の中華サラダ 味噌汁 麦茶	7倍がゆ~5倍がゆ	鶏肉の和風煮 豆腐の野菜あん 和風スープ 麦茶	10倍がゆ~7倍がゆ	豆腐ペースト かぶ・人参ペースト 和風スープ 麦茶

