



## 給食だより

木の实幼稚園

### ご入園・ご進級おめでとうございます！

新しい環境での生活が始まりました。

新しい教室、新しいお友達…楽しみと少しの不安でいっぱいだと思います。  
今年度も子ども達に給食が大好き、給食の時間を楽しみと思ってもらえるよう、  
給食室一同協力して頑張っていきますのでよろしく願いいたします。



### わたしたちについて



木の实幼稚園の給食を担当させていただいております、  
ハートフードクリエイツ（株）です。

社名の「はあとす」は、「ハート(心)」を「トス(渡す)」  
という意味で、調理員一同、愛情たっぷりの給食を作っ  
ています。「安心・安全でおいしい給食」を日々心掛け  
て調理しておりますので、よろしく願いいたします。

### 4月の献立について

年長・年中組さんは、主食・主菜・副菜・汁物を基本と  
した4品の献立になっています。

年少組さんは、給食に慣れてもらうため4月中は汁物  
を控え、食べやすいおやつを用意しています。

5月からは年少組さんも汁物が出てきますので、楽し  
みにしていただいね♪

### ① おいしい・たのしい給食

木の实幼稚園の給食では、和食中心でバラエティー  
豊富なメニューを心がけています。そして四季を感じ  
てもらえるように、旬の食材を取り入れ、行事食も提  
供します。

### ②安全・安心な給食

給食を提供するうえで、大切なのが「衛生管理」  
です。

手洗いを基本に、食材の検品・洗浄、器具の消毒・  
使い分け、仕上がりの温度の確認（細菌が死滅する  
90度、90秒以上の加熱）など、調理員1人1人が  
常に責任感をもって調理をしています。

### ③食材について

食材にもこだわっています。淡路島に自社農園が  
あり玉ねぎを中心に、旬の野菜も育てています。

子ども達が大好きなウインナーやベーコンは無添  
加のものを、だしは毎日昆布とかつお節からとって  
います。

また給食やこだわりの食材について、給食だよりで  
紹介していきたいと思っております♪

### 魚の提供について



木の实幼稚園の給食の魚は全て骨なしのものを使用し  
ていますが、まれに骨が入っていることがあります。  
一切れずつ丁寧に検品を行っていますが、中の方に入  
っている骨には気づけない場合があります。

新年度は子ども達が環境や給食に慣れていないことも  
あり、安全に考慮して4月はお肉を中心とした献立と  
なっています。

栄養バランスや多様な食経験を培うためにも5月から  
は魚を提供していきたいと考えておりますので、すで  
にされているとは存じますが、今一度ご家庭でもよく  
噛んで食べること、骨があったら取る、出すことを教  
えて頂けますと幸いです。

給食室でも日々意見を出し合い、考え、安心安全な給  
食が提供できるよう努めてまいりますので、ご理解、  
ご協力をよろしくお願いいたします。

ハートフードクリエイツ株式会社

木の实幼稚園担当 管理栄養士 平塚 綾音

# 4月献立表

2024年

木の実効種目

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	たんぱく質 脂質 食塩相当量	どんぐりおやつ
9 (火)	入園式 						
10 (水)	進級式						
11 (木)	午前保育						
12 (金)	午前保育						
15 (月)	午前保育(おやつ給食：あんぱんまん煎餅, ラムネ, オレンジジュース)						
16 (火)	午前保育(おやつ給食：ハッピーターン, フルーツラムネ, りんごジュース)						
17 (水)	ご飯			精白米		318 kcal	ほたば焼
	ハンバーグ	ハンバーグ		本和善糖	ケチャップ, ウスターソース	12.8 g	オレンジジュース
	ブロッコリーサラダ		ブロッコリー, コーン		塩煎胡麻ドレッシング	7.9 g	
	コンソメスープ(長・中)		キャベツ, 玉ねぎ, にんじん, しめじ		コンソメ, 食塩	1.3 g	
	ぱりんこ(少)				ぱりんこ		
18 (木)	ご飯			精白米		404 kcal	ホームパイ
	鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き	鶏肉		じゃが芋, 本和善糖	ケチャップ, ウスターソース, とんかつソース, にんにく	16.9 g	りんごジュース
	マカロニサラダ		胡瓜, にんじん	マカロニ, マヨネーズ	食塩	14.7 g	
	味噌汁(長・中)	薄揚げ, 味噌, 昆布, かつおぶし	小松菜			1.4 g	
	ラムネ(少)				ラムネ		
19 (金)	肉うどん	豚肉, わかめ, 昆布, かつおぶし	玉ねぎ, しめじ, 青ねぎ	うどん, 本和善糖	炭口醤油, みりん, 食塩	297 kcal	雪の唐
	ちくわの磯辺揚げ	竹輪, 青のり		薄力粉, 片栗粉, サラダ油		14.3 g	カルピスジュース
	青りんごゼリー				青りんごゼリー	7.4 g	
						1.7 g	
22 (月)	ご飯			精白米		315 kcal	バタークッキー
	マーボー春雨	豚ひき肉, 赤味噌, 味噌	玉ねぎ, にんじん, 白ねぎ	春雨, 本和善糖, ごま油, 片栗粉	炭口醤油, 料理酒, 中華味, 生姜, にんにく	12.4 g	オレンジジュース
	ふかし南瓜		南瓜		食塩	6.2 g	
	すまし汁(長・中)	花巻, 昆布, かつおぶし	小松菜		炭口醤油, みりん, 食塩	1.5 g	
	ハッピーターン(少)				ハッピーターン		
23 (火)	ロールパン			ロールパン		342 kcal	菜飯おにぎり
	メンチカツ	メンチカツ		サラダ油	とんかつソース	10.2 g	お茶
	香キャベツのレモンサラダ		香キャベツ, にんじん, 胡瓜, レモン	本和善糖	炭口醤油, 食塩, こしょう	16.0 g	
	コーンクリームスープ(長・中)	牛乳	玉ねぎ, にんじん, コーン		シチュー・ミクスクリーム, コンソメ, 食塩, パセリ	2.2 g	
	あんぱんまん煎餅(少)				あんぱんまん煎餅		
24 (水)	わかめご飯	炊き込みわかめ		精白米		287 kcal	ハーベスト
	蒸し餃子	餃子				10.7 g	マッシュマロ
	高野豆腐の煮物	高野豆腐, いんげん, 昆布, かつおぶし	にんじん, しめじ	本和善糖	みりん, 炭口醤油, 料理酒	5.3 g	りんごジュース
	味噌汁(長・中)	味噌, 昆布, かつおぶし	玉ねぎ, なす			1.6 g	
	ぱりんこ(少)				ぱりんこ		
25 (木)	ご飯			精白米		327 kcal	動物ビスケット
	ポークチャップ	豚肉	玉ねぎ, ビーマン, にんじん	本和善糖, 片栗粉, サラダ油	ケチャップ, ウスターソース, 料理酒	14.7 g	カルピスジュース
	さつま芋のきなこがけ	きな粉		さつま芋, 本和善糖		5.7 g	
	すまし汁(長・中)	昆布, かつおぶし	大根, ほうれん草		炭口醤油, みりん, 食塩	1.0 g	
	ラムネ(少)				ラムネ		
26 (金)	チキンカレーライス	鶏肉	玉ねぎ, にんじん	精白米, じゃが芋, サラダ油	にんにく, カレールウ	398 kcal	お昼ラスク
	コーンソテー	ウインナー	コーン	サラダ油	食塩, パセリ	10.2 g	お茶
	オレンジ		オレンジ			11.1 g	
						2.0 g	
29 (土)	昭和の日						
30 (日)	ご飯			精白米		385 kcal	マリービスケット
	鶏肉風炒め	豚肉	チンゲン菜, 玉ねぎ, にんじん	本和善糖, 白ごま, ごま油	炭口醤油, みりん, 料理酒, 生姜, にんにく	16.1 g	オレンジジュース
	フライドポテト			フライドポテト, サラダ油	食塩	12.3 g	
	味噌汁(長・中)	豆腐, わかめ, 味噌, 昆布, かつおぶし				1.3 g	
	ハッピーターン(少)				ハッピーターン		

※スプーン・フォークマークについて 

給食で、スプーンやフォークが必要な献立の日(カレーライス、スパゲッティなど)には、日付の左側にスプーンとフォークのマークをつけてあります。忘れ物のないようにご家庭での準備にご協力お願いします。

※献立名の横に(長・中)と(少)の記載があるものは、年長と年中の給食、年少の給食に分かれています。( )の記載がない献立は共通です。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
月間平均栄養価	345kcal	13.5g	9.9g	1.5g

# [ 月間栄養価一覧表 ]

2024年 4月

予定献立

予定(3~5歳)

木の実幼稚園

日	曜	献立名	一人分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g		
17	水	ご飯, ハンバーグ, ブロッコリーサラダ, コンソメスープ	300.40	318	12.8	7.9	1.3		
18	木	ご飯, 鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き, マカロニサラダ, 味噌汁	302.43	404	16.9	14.7	1.4		
19	金	肉うどん, ちくわの磯辺揚げ, 青りんごゼリー	380.91	297	14.3	7.4	1.7		
22	月	ご飯, マーボー春雨, ふかし南瓜, すまし汁	330.11	315	12.4	6.2	1.5		
23	火	ロールパン, メンチカツ, 春キャベツのレモンサラダ コーンクリームスープ	302.64	342	10.2	16.0	2.2		
24	水	わかめご飯, 蒸し餃子, 高野豆腐の煮物, 味噌汁	283.05	287	10.7	5.3	1.6		
25	木	ご飯, ポークチャップ, さつま芋のきなこがけ, すまし汁	317.29	327	14.7	5.7	1.0		
26	金	チキンカレーライス, コーンソテー, オレンジ	336.57	398	10.2	11.1	2.0		
30	火	ご飯, 焼肉風炒め, フライドポテト, 味噌汁	317.92	385	16.1	12.3	1.3		
期間内の合計			3474.15	3795	148.0	109.2	16.7		
動物性脂質比率 54.95 %			一日あたりの平均		315.83	345	13.5	9.9	1.5
			基準値		0.00	380	14.3	10.6	1.0
			充足率		0.0	90.8	94.4	93.4	150.0