



食事だより



2026年 なかよしすみれ保育園

寒さの中にも春の暖かい日差しが感じられるようになりました。卒園、進級を控えた子どもたちの表情はきらきらと輝いています。今年度はかむ忍者の取り組みや、収穫した野菜でクッキングをしたりと様々な食育を楽しみました。来年度も食育を通して食べる事の楽しさを伝えていけたらと思います。

リクエストメニュー

たいよう組のみんなにアンケートを実施しました。今年もたくさんの料理が挙げられ、からあげや鮭の黄金焼き、定番人気のキーマカレーやシリアルおこしなどがランクインしました。特に人気のメニューは4日(水)のお別れ会で提供します。



グレーの色付きが5歳児クラスの
リクエストメニューです。

ひなまつり

女の子の健やかな成長を願うひなまつり。昔、中国から伝わったと言われています。ひな人形と共に飾る桃の花は長寿のシンボルとされていて、お祝いに欠かせない花となりました。みんなで食べるちらし寿司は平安時代に食べられていた「なれずし」が由来と言われています。その後、縁起の良い食材をふんだんに使って飾り付けられることが一般的になり、今のちらし寿司になったそうです。

| | 2(月)2歳満足 | 3(火)誕生日会 | 4(水)5歳お別れ会 | 5(木)3.4歳満足 | 6(金) | 7(土)卒園式 | |
|---|---------------------|--|--|--|-------------------|---------------------|--|
| 午前 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | |
| 昼食 | きつねうどん 高野豆腐の野菜あん | ちらし寿司 鶏肉の味噌マヨ焼き ジャーマンポテト みかん 菓の花のすまし汁 | ごはん 鶏のからあげ 肉じゃが きゅうりのおかか和え 春雨スープ | ごはん 鮭の黄金焼き 小松菜のナムル 油揚げのみそ汁 | キーマカレー ツナマヨサラダ | 五目ごはん 豚汁 | |
| 午後 | お茶・肉みそおにぎり | 牛乳・桜の煎しパン | 牛乳・シリアルおこし | 牛乳・カップゼリー・お菓子 | 牛乳・大学芋 | ほうじ茶・お菓子 | |
| 午前 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | |
| 昼食 | 肉みそ麺 鶏と大根の煮物 | ごはん さばの塩焼き 根菜の煮物 ブロックリー えのきのすまし汁 | パン コーンクリームシチュー ごほうサラダ | ごはん 鶏のごま照り焼き 切干大根の旨煮 豆腐のみそ汁 | 中華丼 わかめスープ | 肉みそ混ぜごはん カラフルスープ | |
| 午後 | 牛乳・シュガーラスク | 牛乳・くだもの・お菓子 | ほうじ茶・しらすわかめおにぎり | 牛乳・メープル蒸しパン | 牛乳・塩マヨポテト | ほうじ茶・お菓子 | |
| 午前 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | |
| 昼食 | きつねうどん 高野豆腐の野菜あん | ごはん 鮭の黄金焼き 小松菜のナムル きゅうりのおかか和え 油揚げのみそ汁 | ごはん つくねのボン酢マヨ焼き ピーマンソテー コンソメスープ | ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き ジャーマンポテト 菜の花のすまし汁 | 春分の日 | 五目ご飯 豚汁 | |
| 午後 | 牛乳・肉みそおにぎり | 牛乳・カップゼリー・お菓子 | 牛乳・シリアルおこし | 牛乳・大学芋 | 牛乳・塩マヨポテト | ほうじ茶・お菓子 | |
| 午前 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | |
| 昼食 | 肉みそ麺 大根のそぼろあん | ごはん さばの塩焼き 根菜の煮物 ブロックリー えのきのすまし汁 | パン・ジャム コーンクリームシチュー ごほうサラダ | ごはん 鶏のごま照り焼き 切干大根の旨煮 豆腐のみそ汁 | 中華丼 わかめスープ | 肉みそ混ぜごはん カラフルスープ | |
| 午後 | 牛乳・シュガーラスク | 牛乳・くだもの・お菓子 | ほうじ茶・しらすわかめおにぎり | 牛乳・メープル蒸しパン | 牛乳・塩マヨポテト | ほうじ茶・お菓子 | |
| 午前 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | ほうじ茶・せんべい等 | |
| 昼食 | 大豆のミートスパゲティ ポトフ | ごはん 鮭のカレーマヨ焼き チンゲン菜と厚揚げの煮物 きゅうりの昆布和え なめこのみそ汁 | | | | | |
| 午後 | 牛乳・マカロニのみたらし風 | 牛乳・カップゼリー・お菓子 | | | | | |
| <p>※0歳児クラス～2歳児クラスは午前おやつとしてほうじ茶・牛乳・せんべい等を使用しています。 ※ジャムは2～5歳児に提供しています。 ※くだものは旬の物を提供しています。(りんご・みかん) ※完了食1cmサイズ、普通練習食1.5cm程度に刻んで提供しています。</p> | | | | | | | |
| | | | | …5歳児クラスのリクエストメニューです | | | |