



食事だより

2026年 なかよしすみれ保育園

園庭の花々がきれいに咲き誇り、暖かな日ざしの中、新年度がスタートしました。今年も一年間、子どもたちにおいしい給食やおやつが提供できるよう給食室一同協力して頑張っていきますので今年度もよろしくお願ひ致します。

なかよしすみれ保育園の給食

- ◎給食・おやつは手作りを基本としています。
- ◎味噌汁やすまし汁は昆布とかつお節で出汁をとっています。
- ◎肉や野菜などの食材・調味料は国産のものを使用し旬のものを取り入れ、安心安全な給食を提供しています。
- ◎年に4回(春夏秋冬)、和菓子の日を実施しています。
- ◎行事食や誕生会食は、おたのしみメニューを提供します。
- ◎毎月「郷土料理メニュー」を提供しています。
- ◎カットする大きさに配慮しつつ、噛み応えのある根菜類などの食材を使用して噛む力を育てます。

旬の食材：新キャベツ

春に出回る新キャベツは、葉が柔らかくみずみずしいのが特徴です。甘味があり生で食べても美味しい季節の野菜です。



給食でも春の味を感じられるようさっと湯通しし、サラダや和え物などに取り入れていきます。

レシピ紹介 春キャベツのサラダ

春キャベツ	200g	人参	50g
きゅうり	50g	ハム	30g
マヨネーズ	20g	塩	少々

材料はすべて千切りにし、さっと湯通しする。粗熱を取り、ボールに入れマヨネーズ、塩を加え軽く和える。シャキシャキとした食感を色味がきれいなサラダです。

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	
午前		お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	
昼食		ごはん ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春キャベツのサラダ 豆腐のすまし汁	ごはん 豚のカレー炒め ツナじゃが うすあげのみそ汁	サーモンピラフ 具沢山コンソメスープ	
午後		ほうじ茶・ごまじゃこおにぎり	牛乳・いちごマーブル蒸しパン	牛乳・りんごケーキ	ほうじ茶・お菓子	
	6(月) 郷土料理の日	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	
午前	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	
昼食	ぼっかけうどん風締めめん(兵庫県) 厚揚げの中華あん	ごはん さわらのみそ焼き 筑前煮 はくさいのすまし汁 きゅうりのゆかり和え	パン たらのクリームシチュー ポークビーンズ	ごはん 鶏の塩こうじ焼き 春雨ソテー なめこのみそ汁	カレーライス ピーマンサラダ	チキンライス 洋風スープ
午後	牛乳・おからナゲット	牛乳・くだもの・お菓子	ほうじ茶、たけのこおにぎり	牛乳・さつまいものおやき	牛乳・ココアケーキ	ほうじ茶・お菓子
	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	
午前	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	
昼食	八宝種 かぼちゃのそぼろあん	ごはん 鮭のゆずしょうゆ焼き きんぴらごぼう さつま芋のレモン煮 すまし汁	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春キャベツのサラダ 豆腐のすまし汁	ごはん 豚のカレー炒め ツナじゃが うすあげのみそ汁	ごはん 鶏の照り焼き 切干大根の旨煮 きゅうりのおかか和え すまし汁
午後	牛乳・青菜しゅうまい	牛乳・カップゼリー・お菓子	ほうじ茶・ごまじゃこおにぎり	牛乳・いちごマーブル蒸しパン	牛乳・りんごケーキ	ほうじ茶・お菓子
	20(月) 郷土料理の日	21(火)	22(水)	23(木) 4歳ふりかけクッキング	24(金)	
午前	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等	
昼食	ぼっかけうどん風締めめん(兵庫県) 厚揚げの中華あん	ごはん さわらのみそ焼き 筑前煮 はくさいのすまし汁 きゅうりのゆかり和え	パン・ジャム たらのクリームシチュー ポークビーンズ	ごはん 鶏の塩こうじ焼き 春雨ソテー なめこのみそ汁	カレーライス ピーマンサラダ	サーモンピラフ 具沢山コンソメスープ
午後	牛乳・おからナゲット	牛乳・くだもの・お菓子	ほうじ茶、たけのこおにぎり	牛乳・さつまいものおやき	牛乳・ココアケーキ	ほうじ茶・お菓子
	27(月)	28(火) 誕生会 子どものつどい	29(水) 昭和の日	30(木)		
午前	お茶・せんべい等	お茶・せんべい等		お茶・せんべい等		
昼食	八宝種 かぼちゃのそぼろあん	こいのぼりごはん 鮭のコーン焼き きんぴらごぼう くだもの すまし汁		ごはん ちくわの青のりマヨ焼き ささみとプロッコリーのサラダ 中華スープ		
午後	牛乳・青菜しゅうまい	牛乳・こいのぼりクッキー		牛乳・カップゼリー・お菓子		

※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・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・みかん等)
 ※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。