



# 給食だより

離乳完了食～2才児用

2026年  
ひなぎくこども園

園長 横山雅之  
栄養士 西山充子

★旬の食材★  
グリーンピース  
玉ねぎ いちご  
キャベツ

★今月の目標★

みんなと一緒に  
楽しく食べよう



※都合により献立を変更する場合があります。

日	曜	朝のおやつ (牛乳) (◆市販品)	お昼ごはん (フルーツがつきま す) 変更する完了食は( )に記入し ています	アレルギー			3時のおやつ	アレルギー			日	曜	朝のおやつ (牛乳) (◆市販品)	お昼ごはん (フルーツがつきま す) 変更する完了食は( )に記入し ています	アレルギー			3時のおやつ	アレルギー		
				乳	卵	その他		乳	卵	その他					乳	卵	その他		乳	卵	その他
1	水		春休み								17	金	◆クラッカー	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ わかめスープ	○	●		お誕生ケーキ	●	◎	
2	木		春休み								18	土	◆クッキー	パン給食	○	○		おせんべい			
3	金	◆クラッカー	ナポリタンスパゲティ サラダ わかめスープ	○	○		おにぎり				20	月	トースト	中華どんぶり チーズポテト	○			ミルクケーキ	○	○	
4	土	◆ビスケット	パン給食				おせんべい				21	火	フルーツ	魚のバター焼き ひじきの煮物 おみそ汁	○			クッキー	○		
6	月	◆ウエハース	麻婆豆腐 のり塩ポテト	○			デニッシュパン	○	○		22	水	◆クラッカー	カレーライス 春野菜サラダ	○	●		フルーツゼリー			
7	火	◆ビスケット	エビフライ ジャーマンポテト おみそ汁	○			マカロニのあべ川				23	木	◆ビスケット	肉どんぶり ごま酢あえ				ハッシュドポテト	○		
8	水	◆おせんべい	ひき肉のまり焼き ごまあえ カラフルスープ	○			フライドポテト				24	金	おにぎり	ミートソーススパゲティ コールスロー コンソメスープ	○	●		ミニクロワッサン	○	○	
9	木	フルーツ	肉じゃが ちくわの天ぷら かきたま汁		◎		サブレ	○			26	土	◆おせんべい	パン給食	○	○		ビスケット	○		
10	金	トースト	焼きそば しゅうまい クリームスープ	◎			カントリーケーキ	○	○		27	月	◆クッキー	ビーフシチュー かにかまサラダ	○	●		チーズパン	○	○	
11	土	◆クラッカー	パン給食	○	○		ビスケット	○			28	火	トースト	魚の塩焼き マセドアンサラダ けんちん汁	○	●		フルーツ			
13	月	焼きポテト	ハヤシライス かぼちゃサラダ	○	●		ジャムサンド	○			30	木	◆クラッカー	チキンナゲット 春雨サラダ 野菜スープ	○	●		パウムクーヘン	○	○	
14	火	フルーツ	魚のてりやき まめ豆サラダ	○	●		シュートブレッド	○			アレルギー食材および、使用量の表示をしています。(お昼ご飯と3時のおやつのみ) ○→ アレルギーの量が少なく、つなぎ程度の料理 (例)卵:食パン、パン粉の衣など / 乳:食パン、ハムなど ◎→ アレルギーの量が多く加熱してある料理 (例)卵:厚焼き玉子、親子丼など / 乳:ケーキ、シチューなど ●→ アレルギーが非加熱のものを使用している料理 (例)卵:生卵、マヨネーズなど / 乳:生クリーム、牛乳など										
15	水	トースト	グラタン ブロッコリー たまごスープ	○	◎		プリン	●													
16	木	◆ビスケット	クリームシチュー ミモザサラダ	◎	●		たこやき	○	○												

## こども園の給食について

楽しい食事を通して心を育て、望ましい食生活習慣の形成を目的とします。

バランスよく栄養を摂取出来るよう、安全で旬の食材を使用し季節感のある給食になるようにしています。

また薄味を心がけ、硬さや大きさなど年齢にあった食材の形状にしています。

## 五大栄養素のはたらき

五大栄養素はバランス良くとることが大切です

- たんぱく質…身体を作る
- 脂質…効率の良いエネルギー源となる
- 炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源
- ビタミン…身体の調子を整える
- ミネラル…骨や歯などを作る

## ご入園・ご進級 おめでとうございます。

子どもたちが元気に成長して  
くれることを願って  
心を込めておいしい給食を作ります。  
よろしくお願いいたします。

給食スタッフ一同



# 給食だより

3才以上児用

## 2026年 ひなぎくこども園

園長 横山雅之  
栄養士 西山充子

★旬の食材★

グリーンピース  
玉ねぎ いちご  
キャベツ

★今月の目標★

みんなと一緒に  
楽しく食べよう

※都合により献立を変更する場合があります。

※月・木曜日は 朝のおやつ(牛乳orチーズ)があります

毎週金曜日はごはんがいません。

日	曜	お昼ごはん フルーツがっきます	アレルゲン			3時のおやつ	アレルゲン			日	曜	お昼ごはん フルーツがっきます	アレルゲン			3時のおやつ	アレルゲン		
			乳	卵	その他		乳	卵	その他				乳	卵	その他		乳	卵	その他
1	水	春休み								17	金	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ わかめスープ	○	●		お誕生ケーキ		●	◎
2	木	春休み								18	土	パン給食	○	○		おせんべい			
3	金	ナポリタンスパゲティ サラダ わかめスープ	○	○		おにぎり				20	月	中華どんぶり チーズポテト	○			ミルクケーキ		○	○
4	土	パン給食				おせんべい				21	火	魚のバター焼き ひじきの煮物 おみそ汁	○			クッキー		○	
6	月	麻婆豆腐 のり塩ポテト	○			デニッシュパン	○	○		22	水	うんどうかい							
7	火	エビフライ ジャーマンポテト おみそ汁	○			マカロニのあべ川				23	木	肉どんぶり ごま酢あえ				ハッシュドポテト		○	
8	水	ひき肉のまり焼き ごまあえ カラフルスープ	○			フライドポテト				24	金	ミートソーススパゲティ コールスロー コンソメスープ	○	●		ミニクワッサン		○	○
9	木	肉じゃが ちくわの天ぷら かきたま汁		◎		サブレ	○			26	土	パン給食	○	○		ビスケット		○	
10	金	焼きそば しゅうまい クリームスープ	◎			カントリーケーキ	○	○		27	月	ビーフシチュー かにかまサラダ	○	●		チーズパン		○	○
11	土	パン給食	○	○		ビスケット	○			28	火	魚の塩焼き マゼアンサラダ けんちん汁	○	●		フルーツ			
13	月	ハヤシライス かぼちゃサラダ	○	●		ジャムサンド	○			30	木	チキンナゲット 春雨サラダ 野菜スープ	○	●		バウムクーヘン		○	○
14	火	魚のてりやき まめ豆サラダ	○	●		シュートブレッド	○			<p>アレルギー食材および、使用量の表示をしています。(お昼ご飯と3時のおやつのみ)</p> <p>○→ アレルゲンの量が少なく、つなぎ程度の料理 (例)卵:食パン、パン粉の衣など / 乳:食パン、ハムなど</p> <p>◎→ アレルゲンの量が多く加熱してある料理(例)卵:厚焼き玉子、親子丼など / 乳:ケーキ、シチューなど</p> <p>●→ アレルゲンが非加熱のものを使用している料理 (例)卵:生卵、マヨネーズなど / 乳:生クリーム、牛乳など</p>									
15	水	グラタン ブロッコリー たまごスープ	○	◎		プリン	●												
16	木	クリームシチュー ミモザサラダ	◎	●		たこやき	○	○											

### こども園の給食について

楽しい食事を通して心を育て、望ましい食生活習慣の形成を目的とします。

バランスよく栄養を摂取出来るよう、安全で旬の食材を使用し季節感のある給食になるようにしています。また薄味を心がけ、硬さや大きさなど年齢にあった食材の形状にしています。

### 五大栄養素のはたらき

五大栄養素はバランス良くとることが大切です

- たんぱく質…身体を作る
- 脂質…効率の良いエネルギー源となる
- 炭水化物…すぐにエネルギー源となる、脳への唯一のエネルギー源
- ビタミン…身体の調子を整える
- ミネラル…骨や歯などを作る

### ご入園・ご進級 おめでとうございます。

子どもたちが元気に成長して  
くれることを願って  
心を込めておいしい給食を作ります。  
よろしく願いいたします。

給食スタッフ一同