

給食だより

2026年 4月1日 4月号

ミアヘルサ保育園ゆらりん港南

管理栄養士 岩瀬 知美

ご入園・ご進級おめでとうございます

4月を迎えて、新しいクラスに進級したお友だち、初めて保育園に入園したお友だち、それぞれの気持ちを新たに新年度がスタートしますね。子ども達が元気にすごせるよう、安心・安全でおいしい給食を提供していきたいと思います。よろしくお願いいたします。

サイクルメニューについて

保育園では、1ヶ月で1つの献立を2～3回繰り返す、サイクルメニューを取り入れています。同じメニューを繰り返すことで、いろいろな食材や料理に出会い、始めは食べられなくても繰り返すことで慣れ、おいしさを感じてもらおうことが目的です。



献立表の食材確認のお願い

食物アレルギー発症防止のため、保育園で初めて摂取する食材がないように、食べた事のない食材は必ず給食での提供前に2回以上、ご家庭でお試してください。事前にコドモンにて配信した献立表をご覧ください、確認をお願いします。

献立配信日：前月 25 日前後
コドモン「資料室」にて配信

給食の展示について

当日の給食は、正面玄関前に毎日展示しています。子どもたちが食べている保育園のごはんやおやつをぜひ、ご覧になってみてください。

またコドモンにも写真を載せているのでそちらでもご覧いただけます。



今月のレシピ

【肉みそおにぎり】

材料 2人分

米	60g
豚ひき肉	25g
しいたけ	10g
ねぎ	10g
みそ	2g
砂糖	0.5g
ごま油	0.5g

作り方

- ① ご飯を炊く
- ② ごま油を敷いたフライパンに豚ひき肉、しいたけ、ねぎを入れよく炒める
- ③ みそ、砂糖を加え味をととのえる
- ④ 炊けたごはん混ぜおにぎりにする

💡 ご飯に混ぜる以外にもパスタにかけても美味しいです！

