



令和8年4月分幼稚園給食献立表

No.608 R8.4.1

【今月のテーマ】幼稚園給食に慣れましょう

松本市 こども若者部 保育課

曜日	日付	昼食	…牛乳180ml …牛乳100ml	主な材料とその主なはたらき			栄養価
				熱や力になるもの	血や肉になるもの	身体の調子を整えるもの	
月	27	カレー コーンサラダ バナナ		じゃが芋・小麦粉・バター・油・砂糖	豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・にんにく・しょうが・もやし・きゃべつ・ホールコーン・バナナ	465 1.6
火	14・28	わかめのすまし汁 豆腐ハンバーグ カリコリ漬け		白玉ふ・油・パン粉・砂糖	わかめ・豆腐・豚ひき肉・牛乳	玉ねぎ・人参・きゅうり	432 1.5
水	15	青菜のみそ汁 鶏のから揚げ ブロッコリーサラダ		片栗粉・油	みそ・鶏肉・牛乳	人参・小松菜・玉ねぎ・にんにく・しょうが・ブロッコリー・きゃべつ	455 1.6
木	16・30	チンゲン菜スープ 白身魚のレモンソース ごまブロッコリー		片栗粉・油・砂糖 糖・白いりごま	白身魚・牛乳	チンゲン菜・玉ねぎ・えのき茸・人参・レモン汁・ブロッコリー	395 1.5
金	17	煮込みうどん ツナ和え バナナ		ゆでうどん・砂糖	鶏肉・ツナ・牛乳	長ねぎ・大根・人参・白菜・小松菜・干しいたけ・ほうれん草・もやし・バナナ	371 1.8
月	20	春雨スープ 麻婆豆腐 昆布和え・オレンジ		春雨・油・砂糖・ごま油・片栗粉	豆腐・豚ひき肉・塩昆布・牛乳	人参・玉ねぎ・チンゲン菜・えのき茸・しょうが・にんにく・干しいたけ・きゃべつ・きゅうり・オレンジ	440 1.3
火	☆ 21	たけのこ汁 五目卵焼き のり酢和え		油・砂糖・片栗粉	さば水煮缶・みそ・ツナ・卵・刻みのり・牛乳	たけのこ・大根・人参・小ねぎ・玉ねぎ・きゃべつ・もやし	431 1.7
水	22	玉ねぎのみそ汁 鮭の塩焼き 春雨サラダ		春雨・ごま油・砂糖	豆腐・みそ・甘塩鮭・牛乳	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・きゃべつ・きゅうり・ホールコーン	437 1.9
木	23	豆腐のみそ汁 肉じゃが おかか和え		じゃが芋・砂糖・油	豆腐・わかめ・みそ・豚肉・かつお節・牛乳	人参・えのき茸・玉ねぎ・しらたき・ほうれん草・きゃべつ	438 1.7
金	24	コーンシチュー 小魚サラダ オレンジ		じゃが芋・油・小麦粉・バター	鶏肉・スキムミルク・生クリーム・しらす干し・牛乳	玉ねぎ・人参・クリームコーン・ホールコーン・きゃべつ・ブロッコリー・オレンジ	462 2.0



…具だくさん(みそ)汁



…かみかみメニュー

※栄養価(上段:エネルギー《kcal》 下段:食塩相当量《g》)

☆21日…たけのこ汁 <旬の食材を味わおう>

※月曜日～木曜日のご飯、金曜日はパンを含めた栄養価を算出しています。

● 栄養価(1ヶ月平均 主食を含む) ●

※都合により献立を変更する場合があります。

エネルギー(429kcal) / たんぱく質(18.6g) / 脂質(14.2g) / カルシウム(265mg) / 食塩相当量(1.6g) / 食物繊維(5.5g)



ご入園・ご進級 おめでとうございます

幼稚園給食では、子どもたちが健やかな心身の発育・発達するために、「食を営む力」の基礎を培うことを食育の目標としています。

お友だちや先生と一緒に楽しい食事や、発達段階に応じた豊かな食体験などを通じて、「食が好きな子ども、楽しく食べる子ども」に成長していくことを期待しながら、ご家庭と連携して食育を進めていきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。



松本市の保育園・幼稚園給食

公立保育園・幼稚園では、統一献立を各園の調理室で調理し、提供しています。
毎日の食事を食育の基本と考え、安全・安心な給食のため、次のことを心がけています。

- ☆ 1週間分の献立を1セットとしそれを2回繰り返す、サイクルメニューを実施しています。1回目に食べられなかった献立や食材も、2回目には食べることができるようにしていきます。
- ☆ 食品の数をなるべく多くし、季節感(旬)も大切にしています。
- ☆ 食材はできるだけ地元のものを使用しています。
- ☆ 味付けは薄味で、素材(食材)の持ち味を大切にしています。
- ☆ 化学調味料や加工食品はできるだけ使わないようにしています。だしは天然のもの(煮干・かつお節・がら等)を使用し、おやつもほとんどが手作りのものです。
- ☆ 食事の組み合わせ(和・洋・中)を大切にしています。
- ☆ 子どもの好みとバランスをとりながら、食事が楽しいものとなるように配慮しています。
- ☆ 郷土食や行事食もなるべく取り入れるようにしています。

家庭から持参する主食が選べるようになります

令和8年4月から、ご家庭で持参していただいている主食を、選んでいただけるようになります。持参していただける主食は以下の2種類のうちどちらかになります。

- ◇白ごはん : 持参する量の目安は110g(子ども茶碗一杯)
年度のはじめは食べられる量を持ってきてください
- ◇食パン : 持参する量の目安は6枚切り1枚
お子さんの食べ具合に応じて持ってきてください

持参していただくのは月曜日から木曜日までで、金曜日はこれまでどおり園からパンを提供します。給食の献立は、季節を感じられるように旬の食材を使うことや、食事の組み合わせ(和・洋・中)などを大切にしています。主食を選んでいただけるようになりますので、給食の時間がより楽しい時間になるよう、献立表をご覧いただきその日のメニューにあった主食を持参していただきます。給食の持参方法や注意事項については、園から配信(配布)されている『園のしおり』をご覧ください。

～サンプルケースにレシピを設置します～

毎日の給食を展示しているサンプルケースに、月に1～2回、おすすめレシピを設置します。ご自由にお持ちください。
【今月のメニュー】「みそぱん」

松本市のホームページに 給食の様子やレシピを掲載しています ♪

ホームページはこちらをクリック

[保育園・幼稚園の給食<HP>](#)

[保育園・幼稚園給食献立表\(レシピ\)<HP>](#)

