

ひよし保育園だより



2024年 4月

NO.1



『 はじめの一步 』

保護者の皆様、ご進級おめでとうございます。

今年度は、16名の新入園児をお迎えし全園児80名のスタートで、新たな一步を踏み出してゆきます。どうぞ、よろしくお願い致します。

ひよし保育園の子どもたちは、保護者からも、職員からも愛されて育っているの、人にやさしく親しみがあります。この子どもたちの笑顔を職員一同、協力し合い守っていきたくと思います。

3月28日、29日に法人の新任職員研修で、相原理事長が村山苑は今年で設立71年になり、戦後間もないころから、この地で地域に根差した福祉を実践してきた村山苑の歴史を語られました。このたゆまない福祉の歩みを受け継ぎ、ここで福祉に携われることを誇りに思い、又、歴史を受け継ぐ重大な責務を胸に刻み、子ども一人一人と保護者のため、そして、地域貢献に力を注いでまいります。

私たち職員は、ひよし保育園の掲げた理念「保育を必要とするすべての子どもたち一人ひとりを大切にし、生きる力を育てていきます」「保護者の気持ちに寄り添い、共に育ち合っています」「地域に根ざした子育ての発信基地として保育を実践していきます」に従って運営をすすめていきます。また、互いを信じ助け合いチームで、子どもたちのために志を一つにしてより良い保育を目指していきます。この素晴らしい職員共々、どうぞ、よろしくお願い致します。

園長 山城 一予

令和6年度 ひよし保育園 事業計画

【ひよし保育園の運営方針】

1. 事業方針

【重点運営方針】

- ① 中期計画に基づいた計画に沿った取り組みを遂行する。
- ② 法人理念、ひよし保育園の理念を周知徹底する。
- ③ 人材確保・育成・定着に向けた取り組みを継続する。
 - ・保育フェア、4園フェア（村山苑）、就職相談会、実習養成校へのアプローチの継続
 - ・実習生・ボランティアを積極的に受け入れ、人材確保に繋げる。
 - ・「個人研修計画・評価シート」に基づき、職員の主体的な学びの促進。
 - ・内部研修の充実、外部研修の成果を共有し、職員の資質向上に繋げる。
 - ・ICT化を推進し業務の軽減化を計る。休憩時間のノンコンタクトタイムを保障し、働

きやすい職場環境を整備し、人材確保・定着に繋げる。

- ④ 地域型保育(家庭的保育事業)藤田家庭保育室との協定で園庭開放や園児との交流、保育の助言等の支援を実施していく。
- ⑤ 地域に根ざした保育園をめざし、保育園の持つ専門性を資源として活用し地域の子育て支援に繋げ地域サービスの充実を図ると共に、地域施設との交流の充実を目指していく。
- ⑥ 地域の小学校との交流や中学生の職場体験等の受け入れ、次世代育成へ繋げる。
- ⑦ 児童虐待防止に努め、育児不安を抱える家庭の支援を関連機関と連携して進める。
- ⑧ 苦情解決・第三者評価結果の課題改善に努め、質の向上を図る。
- ⑨ SDGsの取り組みを継続していく。

【重点サービス計画】

- ① ひとりの子どもを全職員で保育をするという姿勢を持ち、子どもの成長発達に応じた様々な体験を通し心身ともにたくましく、意欲と主体性が育つような生きる力を育む保育を実践していく。
 - ・「保育所保育指針」に基づき、「全体的な計画」、「年間指導計画」、「短期指導計画」の連動とPDCAサイクルを実施し、保育の質を向上していく。
 - ・子ども一人ひとりの特性を理解し支援の仕方、否定しない保育を行っていく。
- ② 園児・保護者、家族に対し常に人権に尊重し、親切丁寧を旨とし、言語態度には細心の注意を払い、不安と不信をおこさせないような保育を行っていく。
 - ・『保育所における虐待防止ブック』を基に虐待防止を徹底する。法人 4 園統一の『虐待チェックリスト』、全国保育士会の『人権擁護のためのセルフチェックリスト』を用いて年2回、一人一人が自分の行動を振り返ると共に、虐待・不適切行為の認識を共有し互いに注意し合える組織づくりを目指す。
 - ・人権に関する研修への参加。虐待防止に関する、内部研修を実施する。
- ③ 保護者へは、指導ではなく傾聴し寄り添い、信頼関係の構築を図っていく。特にメンタル的不安をかかえる保護者への対応は、必要に応じ関係機関と連携を図りながら支援を進めていく。
- ④ 地域の在宅家庭に向けて、園庭交流や誕生会へのお誘い、日頃のちょっとした悩みに答える座談会等を設け離乳食の進め方や健康面の相談等も検討していく。
- ⑤ 実習生・ボランティア・職場体験を積極的に受け入れ、世代間交流を図っていく。
- ⑥ 地域の小学校へのスムーズな移行に向け、小学校との連携を図り、小学生交流、「就学支援シート」や「児童保育要録」を有効に活用する。
- ⑦ 国分寺市の基幹と連携を図り、研修等に積極的に参加していく。
- ⑧ SDGsの取り組みを保育の一環として継続していく。





行事予定

1日(月)	親しみ保育始まり	
8日(月)	健康体育	10日(水) みんな友だちの会
20日(土)	全体懇談会	24日(水) 誕生会
26日(金)	健康体育	

「お知らせ」



☆新しく迎えた職員を紹介いたします。

保育士 武藤純子(むとう じゅんこ) ふじみ保育園より異動
小幡結菜(おばた ゆな)

どうぞよろしくお願ひ致します。

☆全体懇談会・クラス懇談会について

2024年4月20日(土)に予定しております。

詳しくは別紙をご覧ください。



「お願ひ」(全体懇談会でもお伝えします)

☆お迎への変更について

お迎への方が、おたより帳の記載の方から変更になる場合は、**必ずお迎へ予定の方から園にお電話で連絡**をお願いします。

☆自転車門について

自転車門については、10時より15時まで施錠を行っています。玄関の暗証番号とは別になりますので、インターフォンを押してください。

ひよし文庫ご紹介

ひよし保育園は「絵本」を読むことを大事にしています。保育の中では毎日様々な絵本の読んでいます。また、誕生会ではクラスに毎月1冊絵本のプレゼントがあり年長クラスの子どもたちが郵便屋さんとなって各クラスに届けてくれています。「絵本届いたよー」「よんで」「この本みたことないよ!たのしみ!」と喜びの声が聞かれます。保育園でもたくさんの絵本に触れますが、お家でも親子で楽しんで頂きたいと「ひよし文庫」を設置しています。いつでも自由に選んでお家に持って帰り読んで頂いて良い文庫です。ルールは2つです。1回2冊まで。返してから次の絵本を借りる。親子で是非「絵本」の世界を楽しんでくださいね。





ほけんだより



2024年4月

ひよし保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。園でも、子どもたちの様子を見守っていきたいと思います。子どもたちが健康で安心安全に集団生活が送れるようにしていきます。1年間宜しく願います。

4月の目標

- 新しい環境に慣れる
- 生活リズムを整える

4月の予定

- 9日(火)身体測定(幼児) ●11日(木)身体測定(2歳児)
- 12日(金)身体測定(1歳児) ●15日(月)身体測定(0歳児)
- 26日(日)園医健診(0~2歳児)

登園前の健康チェックをお願いします。

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外を繋ぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。



今日少し熱があります。

目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

耳

- 耳を触る(気にするそぶりがある)
- 耳垂れが出る

皮膚

- ボツボツが出来ている
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くあれている

鼻

- 鼻水・鼻づまり
- くしゃみが出る

おしっこ・うんち

- 回数や状態(色やかたさなど)、におい(すっぱいにおいはしょうかができない)がいつもと違う

いつもとちがう...と思ったら、お知らせください

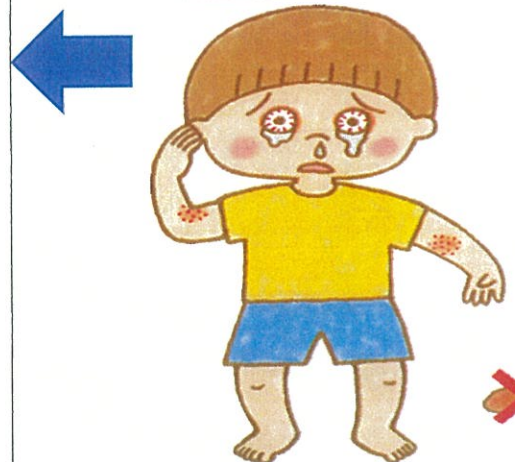
目に見える症状が無くても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

体力がついてきて感染症にかかる回数は少なくなりますが、まだ自分の体調を的確に表現できません。ちょっとした不調のサインを見逃さないようにしましょう。また、トイレが自立すると、うんちの回数や状態を把握しにくくなるので注意してください。

こんなサインに注意！

- 「疲れた」「痛い」と言う。...おしゃべりが上手になっても、自分の体調を適切に言うのは、まだまだ難しい年齢。腹痛ではないが、具合の悪い時に「お腹が痛い」と言ったり、「だるいことを「疲れた」と言ったりすることもあります。
- 姿勢が悪い。...背中がぐにやりと曲がっている、頬杖をつくなんとなくぼんやりしている...などは、疲れが溜まっているサイン。体調不良の入口と考え、早めに休憩を取りましょう。
- 喧嘩が増える...大好きな遊びをすぐにやめてしまう、友だちとの喧嘩が増えるのは、心の元気が減っているサインです。

幼児クラスでも



目安を守って、元気に登園しよう

熱や嘔吐、下痢などからの病み上りは、家では元気でも、園で長時間過ごすまでに回復していないことが良くあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引く恐れがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってください。



熱

- ・前日に 37.5℃を超える熱が出ていない。
- ・解熱剤を使ってから、24 時間経っている。

嘔吐

- ・前日(24 時間以内)に嘔吐がない。
- ・食べたり飲んだりしても吐かない。

下痢

- ・前日(24 時間以内)に、水のような便の出た回数が 1 回まで。
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が 1 日に数回。

衣類を見直してケガ防止

小さな子どもは…

- ・頭が重く、体のバランスが悪い
- ・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる

けがをしやすい!!

お子さんの衣類、
ここをチェック

スポンの丈はくるぶしまで
長すぎると転びやすくなります。長い裾を折り上げるだけでは時間とともに落ちてきてしまうので、縫いつけてとめましょう。



フードのひもは怪我の原因に

フードのひもは遊具に引っかかって転んだり、首がしまったりする要因になります。園で着るものはシンプルで動きやすいものを選びましょう。

靴はピッタリのものを

靴が緩いと歩きにくく脱げたり転んだりします。つま先に 5mm~1cmほどの余裕があるものを

園で預かる薬について

基本的に園では原則的として、薬をお預かり致しません。やむを得ない理由でお薬をお預かりする場合

1. 「与薬指示書」医師の指示に基づいて行う書類が必要になります。「与薬指示書」と一緒にお薬の内容がわかる「薬剤情報提供書のコピーまたはお薬手帳のコピー」の提出をお願いします。与薬(飲み薬)は、1 回分のみをお預かりします。薬袋に記名・日付を記入して下さい。軟膏(塗り薬)に関しては、容器に記名・日付を記入して下さい。
2. アレルギー疾患(気管支喘息・アトピー性皮膚炎・アレルギー性結膜炎・アナフィラキシー性鼻炎で薬等の特別な配慮が必要な場合。
熱性痙攣予防薬(ダイアアップ座薬)食物アレルギーの緊急時対応(エピペン、その他内服薬)の場合。
園長・主任・担任・看護師・食物アレルギーの場合は栄養士を含めて面談をさせていただきます。この面談は、飲ませ方や時間等、どのような対応をしていくのか等を確認します。
3. お薬のお預かりには、「与薬指示書」に基に、保護者様と看護師・担任との面談をしてから開始となります。
4. 病院を受診する際には、必ず保育園に通園していることを伝え、朝夕の服用もしくは自宅にいる時間に服用で済むように主治医とご相談ください。
5. 保育園での与薬は、診察した医師が処方したものに限りです。
6. お薬(内服薬)は特別な場合を除き、昼食後の内服薬のみお預かりします。

与薬指示書」「登園許可書」は、ひよし保育園ホームページよりダウンロードできますので、こちらをご利用ください。





2024年4月
ひよし保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新しい環境の中で、子どもたちは少し緊張の日々が続きますが、一日でも早く保育園の生活に慣れていけるといいですね。

今年度もおいしい手作り給食で子どもたちの成長を応援していきたいと思っております。



今月の地場野菜




JAさんから地元国分寺市の農家さんの野菜（地場野菜といいます。）を仕入れて、献立にとりいれています。毎月の給食だよりでその月に使用する地場野菜をお伝えしていきます。

※今月は、端境期（はざかいぎ）のため入荷予定の野菜はありません。

今月の野菜平均使用量

ひよし保育園では1日に必要な野菜摂取量の約半分を目標に献立をたてています。1ヶ月の献立で使用する野菜の平均使用量をお知らせしていきますので、ご家庭でも参考にしてみてください。

	3才以上幼児 (目標使用量)	3才未満乳児 (目標使用量)
緑黄色野菜	46.4g (40g)	37.0g (30g)
淡色野菜	61.7g (50g)	50.2g (40g)

献立紹介

*じゃが芋甘辛煮

春の新じゃが芋、新にんじんがおいしい時期となりました。ひよし保育園の給食でも子どもたちに人気の一品です。

～材料～(大人2人・子ども2人)

じゃが芋 中2個
にんじん 中1/2本
なたね油 大さじ1/2
砂糖 小さじ2
しょうゆ 大さじ1/2
本みりん 小さじ1/2



～作り方～

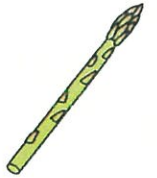
- ① じゃが芋は2cm角、にんじんは1cm角位のサイコロ状に切っておく。
- ② 鍋を熱し、油をしいて、にんじん、じゃが芋の順に加えて炒める。
- ③ 野菜全体に油がなじんできたら、砂糖、しょうゆ、本みりんを加え、クッキングシート等で、落し蓋をし、弱火で煮含める。

※野菜に火が通る前に、煮汁がなくなるようであれば、様子を見てお水を少々加えて煮て下さい。

春野菜を食べて 免疫力アップ!



スーパーなどで新たまねぎ、新にんじん、新じゃが芋、新ごぼうが並び始めると、春の訪れを感じさせてくれます。春野菜は他にも、春キャベツ、グリーンアスパラ、なのはな、スナップえんどう、たけのこ、ニラ、せり、ふき、うどなどがあります。鮮やかな緑色、芽吹きの特徴的な香りがする野菜が多いのが特徴的です。緑色が濃い物は、ビタミンC、β-カロテンなどが豊富です。せりやうどのように、独特の苦みや香りがある物は、強い抗酸化力のあるポリフェノール類を含みます。これらは、免疫力をアップさせて、アレルギーや花粉症の予防にもおすすめです。

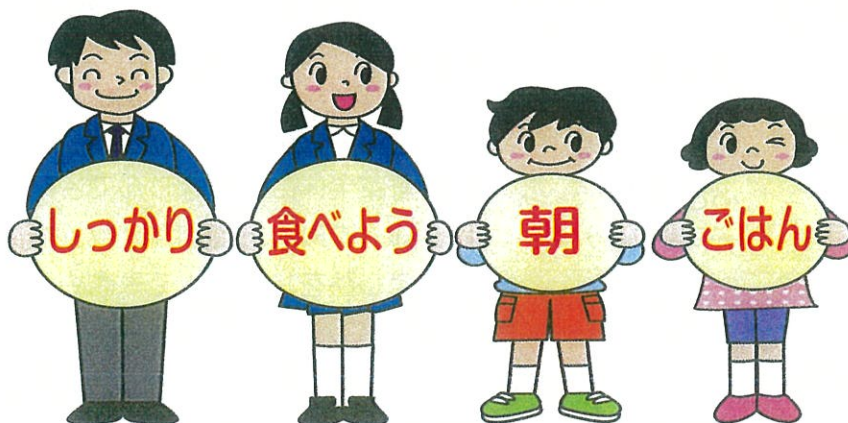


旬の時期に旬の野菜を食べることで、自然と健康な体が作られていきます。ひよし保育園の給食でも旬を大切に、献立に取り入れながら、子どもたちに伝えていきたいと思えます。

一日のスタートは 朝ごはんから



朝ごはんを食べると、頭と体、そして腸にも目覚めのスイッチが入ります。温かいみそ汁の香りや目玉焼き、サラダの色は、「おいしそう」と五感を動かして脳を刺激します。パンやごはんは集中力や記憶力を高め、おかずとなる卵、肉、大豆製品は、体温と活力を高めて快便を促します。そしてなにより、家族といっしょに食べることが心の栄養にもつながります。新年度は環境が変わって子どもたちもドキドキの日々です。ドタバタと忙しい朝の時間ですが、今より10分の早起きするだけでも大人も子どもも心の余裕が生まれますよ。元気もりもりになる朝ごはんを大切に、気持ちよく一日のスタートを切れるといいですね。



日付	献立	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未測定	材 料 名 (○は午後おやつ)				補食
				熱と力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える	調味料	
01月	たけのこごはん さわらの西京焼き ひじきの煮物 かぼちゃのサラダ みそ汁(もやし・ほうれん草)	マカロニきな粉 牛乳	592.1(503.5) 26.6(22.5) 20.1(16.6) 2.1(1.7)	米、○マカロニ、○砂糖、マヨネーズ、油、砂糖	○牛乳、さわか、鶏肉、みそ、○きな粉、みそ	かぼちゃ、もやし、ほうれん草、にんじん、きゅうり、たけのこ、とうもろこし、さやいんげん、ひじき、昆布	だし汁、しょうゆ、みりん、食塩、○食塩	ラスク
02火	ごはん 鶏つくねのあんかけ さつま芋のきんぴら トマト はるさめスープ	コーンマヨトースト 牛乳	561.2(464.6) 22.2(17.5) 19.1(15.8) 2.4(2.0)	米、さつまいも、○パン、○マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、油、はるさめ	○牛乳、鶏肉、豆腐、みそ、しらす	トマト、キャベツ、○とうもろこし、ねぎ、○玉ねぎ、わかめ、にんじん、ごぼう	だし汁、しょうゆ、食塩	ビスケット
03水	カレーライス 春野菜スープ いちご	チヂミ 牛乳	584.0(506.3) 21.4(18.2) 23.1(19.3) 2.5(2.1)	じゃがいも、米、○小麦粉、油、○油、○ごま油、○砂糖	○牛乳、豚肉、○豚肉、ベーコン	玉ねぎ、いちご、にんじん、キャベツ、トマトピューレ、○にら、○とうもろこし、ニンニク、しょうが	カレールー、○しょうゆ、コンソメ、食塩、○食塩、こしょう	きらずげ
04木	ごはん カジキの竜田揚げ ブロッコリーのおかか和え 切干大根の旨煮 みそ汁(豆腐・わかめ)	ホットケーキ 牛乳	556.5(476.0) 26.1(21.7) 15.2(12.8) 2.3(1.9)	米、○ホットケーキ粉、片栗粉、○メープルシロップ、油、砂糖、○油	豆腐、○牛乳、かじき、○豆乳、みそ、さば節、油揚げ、かつお節	ブロッコリー、もやし、ほうれん草、にんじん、切干大根、しょうが、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん	せんべい
05金	パン 牛乳 ミートローフ スナップえんどう 洋風野菜煮 スープ(かぶ・たまねぎ)	みそ焼きおにぎり ごまじゃこ 麦茶	557.6(499.1) 22.3(19.3) 19.6(16.3) 2.5(2.2)	パン、じゃがいも、○米、片栗粉、○砂糖、マヨネーズ、○ごま、油	牛乳、豚肉、豆腐、ベーコン、○みそ、○いわし	玉ねぎ、かぶ、にんじん、えんどう、さやいんげん	○みりん、ケチャップ、ソース、食塩、○しょうゆ、しょうゆ、コンソメ、こしょう	クラッカー
06土	鶏そぼろあんごはん 具だくさんみそ汁	ビスケット せんべい 牛乳	552.2(438.9) 23.4(17.7) 16.1(13.0) 1.5(1.2)	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、油	○牛乳、鶏肉、みそ、さば節	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが	しょうゆ	きらずげ
08月	ごはん さばのみそ煮 大根のナムル じゃが芋甘辛煮 若竹汁	ピザトースト 牛乳	548.9(469.1) 24.4(20.8) 21.4(18.6) 2.4(2.1)	米、じゃがいも、○パン、砂糖、○油、油、ごま油、ごま	○牛乳、さば、豆腐、○チーズ、○ベーコン、みそ	大根、にんじん、○トマトピューレ、○玉ねぎ、たけのこ、きゅうり、わかめ、○ピーマン、しょうが、○ニンニク	だし汁、しょうゆ、みりん、○ケチャップ、酢、みりん、食塩、○食塩、こしょう	ビスケット
09火	マーボーごはん 切干し大根の中華和え みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	お好み焼き 牛乳	586.6(506.8) 27.7(23.6) 22.9(20.0) 2.4(2.1)	米、じゃがいも、○小麦粉、片栗粉、ごま油、○油、砂糖	○牛乳、豆腐、豚肉、○豚肉、ツナ、みそ、さば節	かぼちゃ、たまねぎ、○キャベツ、小松菜、ねぎ、にんじん、切干大根、わかめ、しょうが	○だし汁、しょうゆ、○ソース、○ケチャップ、酢、○食塩、○こしょう	せんべい
10水 みんな 友だち	黒糖パン 牛乳 デミグラハンバーグ さつま芋のオレンジ煮 三色ソテー スープ(かぶ・たまねぎ)	フルーツヨーグルト ビスケット 麦茶	622.9(525.1) 22.8(19.1) 21.5(17.9) 2.5(2.0)	黒糖パン、さつまいも、片栗粉、○砂糖、砂糖、油、油	牛乳、○ヨーグルト、豚肉	玉ねぎ、もやし、かぶ、○桃、○みかん、○パイナップル、にんじん、○いちご、れんこん、オレンジジュース、ピーマン、マッシュルーム	ハヤシルウ、食塩、コンソメ、しょうゆ、カレー粉、こしょう	おさつチップ
11木	ごはん 五目厚焼き卵 かぼちゃの甘煮 アスパラとベーコンのソテー みそ汁(だいこん・油揚げ)	春キャベツの Pasta 牛乳	579.2(483.2) 24.1(20.5) 18.8(15.6) 2.5(2.1)	米、○スパゲティ、砂糖、油、油、○オリーブ油	○牛乳、卵、豆腐、鶏肉、みそ、ベーコン、○ツナ、○しらす、油揚げ	だいこん、グリーンアスパラ、○キャベツ、○玉ねぎ、椎茸、さやいんげん、にんじん、わかめ	だし汁、だし汁、しょうゆ、みりん、○しょうゆ、○コンソメ、食塩、こしょう	クラッカー
12金	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め にんじんしりしり 浅漬け わかめスープ	インドサモサ 牛乳	547.6(443.5) 23.2(18.9) 22.7(19.1) 1.9(1.5)	米、○じゃがいも、○餃子の皮、○油、油、ごま油、砂糖	○牛乳、豚肉、○豚肉、ツナ、みそ、みそ	キャベツ、にんじん、かぼちゃ、かぶ、玉ねぎ、ピーマン、○玉ねぎ、きゅうり、えのきび、ニンニク、しょうが、わかめ、もやし	だし汁、しょうゆ、みりん、食塩、○カレー粉、○食塩	ぶどうパン
13土	チャーハン 五目みそ汁	リングドーナツ 牛乳	554.8(475.7) 19.8(16.5) 19.4(16.6) 1.5(1.2)	米、さつまいも、油	○牛乳、豚肉、みそ	白菜、大根、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ	だし汁、しょうゆ、食塩	ビスケット

日付	献立	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1日は未測定)	材 料 名 (○は午後おやつ)				補食
				熱と力になる	たんぱく質・脂肪	体の調子を整える	調味料	
15月	ごはん 魚磯辺揚げ ひじきのナムル トマト 相性汁	にゅうめん ごまじゃこ 牛乳	565.0(475.4) 26.7(22.3) 16.5(13.7) 2.7(2.2)	○そうめん、米、さつまいも、小麦粉、油、ごま、○砂糖、砂糖、ごま油	○牛乳、かえい、豆乳、豆腐、○油揚げ、みそ、ベーコン、○いわし	トマト、大根、もやし、にんじん、ねぎ、○にんじん、○玉ねぎ、小松菜、ひじき、青のり	だし汁、○だし汁、しょうゆ、○しょうゆ、○みりん、酢、○食塩、食塩、こしょう	蒸しパン
16火	ごはん 豆腐の中華煮 きんぴらごぼう 大根の白みそ煮 すまし汁(じゃが芋・ねぎ)	きな粉あげばん ブルーネ 牛乳	570.8(487.0) 21.0(17.7) 19.4(16.9) 2.4(2.0)	米、○パン、じゃがいも、砂糖、○砂糖、○油、片栗粉、油、ごま、ごま油	○牛乳、豆腐、鶏肉、みそ、○きな粉	大根、○ブルーネ、ごぼう、もやし、にんじん、ねぎ、椎茸、えのき茸、グリーンピース	だし汁、だし汁、しょうゆ、みりん、オリーブオイル、食塩、○食塩	せんべい
17水 ピッカリン	パン 牛乳 タンダーチキン にんじんサラダ 野菜ソテー コーンスープ	切干大根ごはん 麦茶	598.3(550.8) 24.0(22.4) 25.0(22.5) 2.7(2.3)	パン、○米、オリーブ油、○油、油、○砂糖	牛乳、鶏肉、○豚肉、ベーコン	にんじん、玉ねぎ、とうもろこし、キャベツ、とうもろこし、ピーマン、○にんじん、マーマレード、干しぶどう、○切干大根、レモン果汁、パセリ、ニンニク	ケチャップ、酢、○しょうゆ、○みりん、食塩、しょうゆ、カレー粉、こしょう	おさつチップ
18木	ごはん 煮魚 スナッペン 筑前煮 みそ汁(白菜・えのき)	ナポリタン 牛乳	538.3(456.3) 26.5(21.8) 14.5(12.3) 2.5(2.0)	米、○スパゲティ、里いも、砂糖、マヨネーズ、○オリーブ油	○牛乳、かじき、鶏肉、みそ、○ベーコン	白菜、れんこん、にんじん、えんどう、○玉ねぎ、ごぼう、○ピーマン、○にんじん、さやいんげん、えのき茸、しょうが	だし汁、しょうゆ、○ケチャップ、みりん、みりん、○食塩、○こしょう	きらずあげ
19金 食育	豚井 小松菜の煮浸し みそ汁(じゃが芋・えのき)	ひつつみ(岩手県) 牛乳	582.6(503.5) 27.2(23.3) 16.7(14.0) 2.3(1.9)	米、○小麦粉、じゃがいも、油、砂糖、○油	○牛乳、豚肉、○鶏肉、みそ、油揚げ	小松菜、玉ねぎ、にんじん、○白菜、ねぎ、○にんじん、○しめじ、えのき茸、○ねぎ、わかめ、しょうが	だし汁、○だし汁、しょうゆ、みりん、○しょうゆ、○酒、○食塩	ビスケット
20土	ツナとトマトのスパゲッティ チキンポトフ	クラッカーサンド 牛乳	542.8(436.7) 23.3(18.8) 17.9(14.5) 1.7(1.4)	スパゲティ、じゃがいも、油	○牛乳、鶏肉、ツナ、○チーズ	玉ねぎ、トマト、にんじん、キャベツ、○ジャム、さやいんげん	ケチャップ、酒、コンソメ、食塩、こしょう	せんべい
22月	ごはん さばのねぎ塩焼き アスパラとじゃこのソテー かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(だいこん・わかめ)	こぎつねうどん おしゃぶりこんぶ 牛乳	540.9(457.2) 25.2(21.1) 18.8(15.9) 2.4(2.1)	○うどん、米、砂糖、ごま油、○砂糖	○牛乳、さば、○油揚げ、鶏肉、みそ、しらす	かぼちゃ、大根、グリーンアスパラ、にんじん、ねぎ、わかめ、○ねぎ、ニンニク、しょうが	だし汁、○だし汁、だし汁、しょうゆ、○しょうゆ、○みりん、こしょう	ビスケット
23火	ハヤシライス フレンチサラダ ポテトスープ	青のりトースト 牛乳	575.3(483.1) 21.5(17.9) 22.1(18.7) 2.5(2.1)	米、じゃがいも、○パン、○油、油、砂糖	○牛乳、豚肉、ベーコン	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、パイナップル、トマトピューレ、ほうれん草、グリーンピース、しょうが、○青のり、ニンニク	ハヤシライス、酢、食塩、○しょうゆ、コンソメ、こしょう	おさつチップ
24水 誕生会	ゆかり御飯 鶏のから揚げ ポテトサラダ ブロッコリーとコーンのソテー みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	マンダリンケーキ 牛乳	596.6(505.5) 27.6(22.7) 19.6(16.6) 2.4(2.0)	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、片栗粉、油、○バター	○牛乳、鶏肉、○ヨーグルト、ツナ、○卵、みそ、かつお節	かぼちゃ、ブロッコリー、○みかん、きゅうり、とうもろこし、ねぎ、にんじん、しょうが、ニンニク	しょうゆ、みりん、食塩	きらずあげ
25木	ごはん 和風ハンバーグ ピーマンの佃煮 れんこんの梅和え みそ汁(さやべつ・あげ)	新じゃが芋の ピザ焼き 牛乳	556.4(478.9) 25.4(21.5) 23.0(19.4) 2.8(2.3)	○じゃがいも、米、片栗粉、砂糖、ごま油、○油、油	○牛乳、豚肉、豆腐、○チーズ、みそ、○ベーコン、油揚げ、しらす、かつお節	れんこん、ピーマン、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、○玉ねぎ、ねぎ、ひじき、梅干	だし汁、しょうゆ、みりん、酢、○しょうゆ、食塩、○食塩	蒸しパン
26金	パン 牛乳 鶏肉のケチャップ煮 コールスローサラダ かぼちゃのグリル スープ(たまねぎ・にんじん)	手作り のり佃煮ごはん ごまじゃこ 麦茶	552.4(450.7) 22.2(19.3) 19.3(16.1) 2.2(1.9)	パン、○米、マヨネーズ、砂糖、油、○砂糖、ごま	牛乳、鶏肉、○さば節、○小魚	かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、えのき茸、しめじ、グリーンピース、○のり	ケチャップ、○しょうゆ、○みりん、食塩、酢、コンソメ、こしょう	せんべい
27土	ちゃんぽん風うどん さつま芋のサラダ 塩ゆでブロッコリー	黒糖蒸しパン 牛乳	581.0(498.4) 22.8(19.4) 17.6(14.7) 3.9(3.3)	○黒糖パン、うどん、さつまいも、マヨネーズ、油	○牛乳、鶏肉、みそ	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、ねぎ、干しぶどう	だし汁、食塩	クラッカー
30火	パン 牛乳 鮭のカレークリーム焼き れんこんサラダ ブロッコリーの三色和え トマトスープ	鶏ごぼうごはん おしゃぶりこんぶ 麦茶	546.5(463.0) 25.4(21.2) 21.7(17.9) 2.3(2.0)	パン、○米、マヨネーズ、パン粉、油、オリーブ油、○砂糖、○油、油	牛乳、鮭、○鶏肉、ベーコン、○みそ	ブロッコリー、トマト、れんこん、にんじん、かぶ、玉ねぎ、とうもろこし、きゅうり、○しめじ、○さやいんげん、パセリ、○しょうが	○しょうゆ、○みりん、食塩、酢、コンソメ、しょうゆ、カレー粉、こしょう	ビスケット

※ 食材等の都合により、献立を変更する場合があります。

17日 ピッカリンランチ(4・5才児)：バイキング方式の給食で、自分で食べられる量を盛り付けます。

19日 食育の日：岩手県の郷土料理として「ひつつみ(すいとんのような汁物)」を食べます。

食育の日とは・・・農林水産省が取り組む食育推進施策の一つで、「食育基本計画」の中で毎月19日を『食育の日』として制定しています。ひよし保育園では食育の日に、日本各地の郷土料理を献立に取り入れ、その土地に伝わる由来などを子どもたちに紹介していきます。