

令和7年



たんぽぽぐみ こんだてひょう

元岡幼稚園

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間
					血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
3	月	茶 バナナ	ぎゅうにゅう・ごはん にこみハンバーグ・にんじんグラッセ にらともやしのおひたし	茶 りんごゼリー バームクーヘン	牛乳・牛ひき肉 豚ひき肉・鶏卵 バター・かつお節	精白米・植物油・砂糖 パン粉・りんごジュース バームクーヘン	玉葱・人参・にら もやし・えのきたけ りんご・寒天・バナナ
4	火	茶 クラッカー	ぎゅうにゅう ジャージャーめん ささみのちゅうかあえ	茶 いよかん ミニドーナツ	牛乳・豚ひき肉 赤みそ・鶏肉	中華麺・植物油・砂糖 ごま油・片栗粉 ミニドーナツ・クラッカー	玉葱・人参・ピーマン 生姜・干しいたけ・きゅう もやし・いよかん・パセリ
5	水	茶 もも缶	ぎゅうにゅう・さつまいもごはん からあげ じゃこサラダ	茶 チーズ トースト	牛乳・鶏肉・しらす干し チーズ	精白米・さつまいも・パ ごま・片栗粉・揚げ油 植物油・砂糖・ごま油	生姜・にんにく・人参 キャベツ・きゅうり もも缶
6	木	茶 クッキー	ぎゅうにゅう カレーライス フルーツヨーグルト	茶 バナナ 黒かりんとう	牛乳・豚肉・ゆで大豆 プレーンヨーグルト	精白米・マカロニ・砂糖 じゃがいも・植物油 黒かりんとう・クッキー	人参・グリーンピース・バナナ みかん・もも・パイン缶 りんご・玉葱
7	金	茶 チーズ	ぎゅうにゅう・ポテトサラダ てりやきハンバーガー・レタス ひなまつりマシュマロ	茶 オレンジ ビスケット	牛乳・ハム・チーズ ハンバーグ(卵・小麦不使用)	パン・じゃがいも・砂糖・片栗粉 マヨネーズ・ビスケット マシュマロ(卵・小麦不使用)	レタス・きゅうり・人参 玉葱・コーン オレンジ
10	月	茶 いよかん	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのあげに・レタス かぼちゃのそぼろに	茶 マカロニのきなこあえ パイン缶	牛乳・白身魚・鶏ひき肉 煮干しだし・きな粉	精白米・片栗粉 砂糖・揚げ油 マカロニ・黒砂糖	生姜・レタス・かぼちゃ 人参・グリーンピース・いよかん パイン缶
11	火	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう みそラーメン コーンのサラダ	茶 きつね おにぎり	焼き豚・鶏卵・米みそ 鶏がらだし・牛乳 うす揚げ	中華麺・ごま・ごま油 植物油・ビスケット 精白米・砂糖	もやし・人参・青ねぎ 生姜・コーン・キャベツ きゅうり
12	水	茶 パイン缶	ぎゅうにゅう・ごはん ツナいりあつやきたまご あぶらあげときゅうりのごまずあえ	茶 レモン ケーキ	牛乳・シーチキン缶 かつおだし・鶏卵 うす揚げ	精白米・植物油・砂糖 ごま・薄力粉・粉糖	人参・玉葱・きゅうり レモン・キャベツ パイン缶
13	木	茶 ウエハース	ぎゅうにゅう・ゆかりごはん・ミルクもち ローストチキン・もとおかのいちご おいものシャキシャキサラダ・レタス	茶 スイートコーンの パンケーキ	牛乳・鶏肉・ベーコン きな粉・鶏卵	精白米・植物油・砂糖 じゃがいも・マヨネーズ 片栗粉・ホットケーキミックス・ウエハース	パセリ・いちご コーン・レタス
14	金	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん ぶたにくのしょうがやき キャベツのあえもの	茶 いちご ケーキ	牛乳・豚肉 生クリーム	精白米・植物油・砂糖 ごま・ごま油・カステラ	玉葱・人参・生姜 キャベツ・きゅうり いちご・オレンジ
17	月	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう・ごはん とりにくとやさいのさっぱり かぼちゃサラダ	茶 りんごゼリー バームクーヘン	牛乳・鶏肉・ハム チーズ	精白米・マヨネーズ・植物 油・りんごジュース・ビスケット バームクーヘン・砂糖	人参・玉葱・グリーンピース にんにく・きゅうり・梨 寒天・りんご・かぼちゃ
18	火	茶 バナナ	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのてりやき・ブロッコリー ささみのちゅうかあえ	茶 いよかん ミニドーナツ	牛乳・魚・鶏肉	精白米・砂糖 植物油・ごま油 ミニドーナツ	人参・きゅうり・もやし ブロッコリー・いよかん 生姜
19	水	茶 もも缶	ぎゅうにゅう・さつまいもごはん からあげ じゃこサラダ	茶 チーズ トースト	牛乳・鶏肉・しらす干し チーズ	精白米・さつまいも・パ ごま・片栗粉・揚げ油 植物油・砂糖・ごま油	生姜・にんにく・人参 キャベツ・きゅうり もも缶
21	金	茶 チーズ	ぎゅうにゅう・ごはん とりのごまみそやき ちゅうかふうやさしいため	茶 オレンジ ビスケット	牛乳・鶏肉・赤みそ チーズ	精白米・砂糖・ごま ごま油・ビスケット	人参・キャベツ・玉葱 もやし・にら・オレンジ
24	月	茶 いよかん	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのあげに・レタス かぼちゃのそぼろに	茶 マカロニのきなこあえ パイン缶	牛乳・白身魚・鶏ひき肉 煮干しだし・きな粉	精白米・片栗粉 砂糖・揚げ油 マカロニ・黒砂糖	生姜・レタス・かぼちゃ 人参・グリーンピース・いよかん パイン缶
25	火	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう みそラーメン コーンのサラダ	茶 きつね おにぎり	焼き豚・鶏卵・米みそ 鶏がらだし・牛乳 うす揚げ	中華麺・ごま・ごま油 植物油・ビスケット 精白米・砂糖	もやし・人参・青ねぎ 生姜・コーン・キャベツ きゅうり
26	水	茶 パイン缶	ぎゅうにゅう・ごはん ツナいりあつやきたまご あぶらあげときゅうりのごまずあえ	茶 レモン ケーキ	牛乳・シーチキン缶 かつおだし・鶏卵 うす揚げ	精白米・植物油・砂糖 ごま・薄力粉・粉糖	人参・玉葱・きゅうり レモン・キャベツ パイン缶
27	木	茶 ウエハース	ぎゅうにゅう・ごはん ちゅうかふうローストチキン やさいソテー	茶 スイートコーンの パンケーキ	牛乳・鶏肉・豚肉 鶏卵	精白米・ごま・ごま油 植物油・ホットケーキミックス ウエハース	玉葱・生姜・にんにく キャベツ・ピーマン 人参・もやし・コーン

28	金	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん ぶたにくのしょうがやき キャベツのあえもの	茶 いちご ケーキ	牛乳・豚肉 生クリーム	精白米・植物油・砂糖 ごま・ごま油・カステラ	玉葱・人参・生姜 キャベツ・きゅうり いちご・オレンジ
31	月	茶 クッキー	ぎゅうにゅう カレーライス フルーツヨーグルト(りんご)	茶 バナナ 黒かりんとう	牛乳・豚肉・ゆで大豆 プレーンヨーグルト	精白米・マカロニ・砂糖 じゃがいも・植物油 黒かりんとう・クッキー	人参・グリーンピース・バナナ みかん、もも、パイン缶 りんご・玉葱

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。
※7日(金)はお誕生会、13日(木)はお別れ会です。

今月の平均栄養量			
エネルギー kcal	439	たんぱく質 g	27.1



1年間を振り返って



元岡幼稚園の給食室は園舎のほぼ真ん中にあるので調理中の良い匂いが園舎全体に広がります。「いいにおいがするね、きょうのきゅうしょくはなにかな?、おなかすいた!」など子ども達の声が聞こえてきます。また、食材に触れたり、実際に調理しているところを垣間見れたり、「自園調理」ならではの生きた食育に繋がっているようです。たくさんある中の取り組みをいくつかご紹介します。

◎お誕生会メニュー◎

幼稚園の誕生会はお楽しみメニューでお子様ランチ風に盛り合わせます。4月は福岡産のたけのこで作ったたけのこごはん、幼稚園近くの元岡地区で育ったあまおういちごを味わいました。誕生会当日の朝、生産者の方が収穫したてのいちごを届けくださいました。



博多あまおう
果肉が大きく形が整っている。赤くてつやが良い。甘みと酸味のバランスが良いという特徴をもつことから、「あかい、まるい、おおきい、うまい」の頭文字を取って『あまおう』と名付けられました。



◎元岡トマト◎

元岡地区で昭和40年代から栽培されています。そんなツヤツヤの元岡トマトをやさしく手に取り、「おもたいね。」「つるつるしてるね。」と話す子や、半分に切った断面を興味深くのぞき込んだりと各クラスでトマトに触れる時間を設けてもらいました。さらに、生産者の方の写真を見せて「この方が大切に育ててくれたトマトですよ。」と紹介しました。

◎もりもり畑の野菜たち◎

園の敷地内にあるもりもり畑では毎年様々な野菜を子ども達が育てています。ミニトマトにピーマン、オクラ、きゅうりなどの夏野菜はもちろん、大根やかぶ、人参、ほうれん草などの冬野菜、加えてじゃがいもやさつまいもはどんなこになって芋掘りも体験します。これらの野菜は給食でもたくさん活用しています。



◎元岡の新米◎

年長さんはバケツで育てた稲を収穫して小さなおにぎりにして試食しました。子ども達が成長を見守り、育てたお米で作ったおにぎりは、また格別だったようです。
園で使っているお米は糸島産の夢つくして、使う分をその日に納品してもらっています。大きなガス釜で一気に炊き上げるので一粒一粒がツヤツヤもちもちです。ふりかけなどなくてもとてもよく食べてくれます。10月は田植えの見学をさせてもらった田んぼで育ったお米を分けてもらい、給食でも元岡の新米をいただくことができました。



◎博多春菊◎

『博多春菊のサラダ』では、元岡で生産された【博多春菊】を使いました。生でも食べられるほど繊細で風味豊かなのが特徴です。パッケージには、博多織の献上柄がデザインされていて福岡らしさが伝わります。



1年を通して、子ども達が色々な食べ物を見たり、触れたり、味わったりと五感を使って体験することができていればと思います。苦手な食べ物もお友達と一緒に食べることで少しずつでも口に運んでいる様子が微笑ましく、今ではクラスから返ってくる残食もほとんどありません。これからも、給食の時間が子ども達の楽しみの1つになるよう、園全体で取り組んでいけたらと思っています。

1年間、ありがとうございました。給食室一同

※ホームページ等では、カラーでご覧になれます。