

＜発行＞ 社会福祉法人 清水保育園
 幼保連携型認定こども園 清水こども園
 〒252-0244 神奈川県相模原市中央区田名 2166-2
 電話 042-762-1871 FAX042-762-1874
 ホームページ https://shimizuhoikuen.com



4月のおやくそく
 あたらしいおともだちやせんせいと
 たのしくすごしましょう

4月のうた
 「せんせいとおともだち」
 4月の手遊び
 「ぜんぜんわかんないや」

おしらせ

- ◆ 4月1日より、調理員2名が仲間入りしました。よろしくお願い致します。
- ◆ 職員個人への贈答品は受け取れませんのでご承知おき下さい。
- ◆ 幼児クラスの水筒忘れの場合は、登園途中で購入してきていただく、自宅に取りに行き届ける等ご協力下さい。園での対応は行いません。
- ◆ 3月末で2歳児女児3名が退園しました。
- ◆ 園服・スモックへのワッペン等の取り付けについて
 > 2歳児から着用する水色のスモック:ポケットの範囲内で取付け可能。

4月の行事予定

- 6(月) 進級式、米の種選別
- 7(火) 布団乾燥、身体測定(ぞう)
- 9(木) 英語で遊ぼう、身体測定(くま)
- 10(金) 稲、野菜種まき(うさぎ・くま・ぞう)
- 13(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)、身体測定(うさぎ)
- 14(火) 防災訓練
- 15(水) 入園・進級記念撮影(生活の様子:はいチーズ)
- 16(木) 広場「のびのびランド」、身体測定(ひよこ)
- 17(金) 食育の日、身体測定(りす)
- 20(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)、個人面談(～25日)
- 21(火) 布団乾燥
- 22(水) 誕生会
- 23(木) 広場「遊びランド」
- 25(土) 個人面談(全園児)
- 28(火) 異年齢活動(くま・ぞう)
 15:00～内科検診(全園児)
- ★手作りおやつ
 28(火)「ミルメーク」



お願い

- ★ご寄付のお願い
 新年度になりました。園では、石鹸、タオル、ティッシュ、ウェットティッシュ、おしりふき、食食用エプロン等を大量に使います。ご協力いただけると大変助かります。清風の道に箱を設置しますのでその中に入れて下さい。
- ★お休み等の連絡
 事情により遅れるとき、又は欠席の時は必ず9時まではいチーズシステムにて園に連絡してください。各クラス、毎朝9時に園児の人数確認を行っています。その際に遅刻なのか欠席なのか不明なお子様については、給食の食数の報告と園児の安全確認等の観点から不明者には電話連絡を入れる必要があります。保育業務にも支障をきたす要因となりますので必ず連絡をお願いします。保育中は、担任まで電話をつなぐことが出来ませんのでご了承下さい。
- ★保護者証について
 送迎時や行事等の時に必ず携帯・提示してください。
- ★駐車場について(各家庭に確認のプリントをお渡ししています) 園舎脇の駐車場を利用される方は、道幅が狭いので、譲り合いの気持ちを持って安全運転に努めて下さい。
- ★名前の記入を
 個人の持ち物には必ず名前の記入をお願い致します。

各種感染症の予防及び感染拡大防止対策
 国の指針や感染状況等を見極めながら、今後も行事等の見直しや諸対策を行ってまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。
 <行事の中止> 感染拡大が懸念される場合は、行事等を中止とする場合があります。
 <誕生会> 今年度も、全クラス、集まって行います。誕生月の子のご家庭の方3名までの見学が可能となります。(未就学児含む)
 <感染防止対策> 玄関での手指の消毒、毎日の検温・記録、咳エチケットの励行、定期的な換気、オゾン消毒他。園児・保護者のマスク着用は保護者の判断とします。

新しいお友達です。よろしくお願いします

- (ひよこ組) 0歳児9名、1歳児4名
- (りす組) 7名
- (うさぎ組) 6名
- (くま組) 0名
- (ぞう組) 0名
- 合計26名





1年間よろしくお願いたします

暖かな春の訪れとともに新年度を迎えます。進級した在園児さんは新しい気持ちで毎日を過ごせるといいですね。こども園では給食を通して食事の椅子の座り方、食具の使い方、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶など、子ども達が自然と身に付けることができるような工夫をしています。1年間で子ども達は食の幅を広げていくことでしょう。子どもたちが食に興味や関心を持てるよう、今後もおいしく楽しく食べられるような給食を提供していきたいと思ひます。新入園児さんは初めての環境、初めて食べる食事に戸惑うことも多いでしょう。また、在園児さんも環境が変わることで、年度初めは落ち着かない日々を過ごすこともあるかと思ひます。給食で少しでも気持ちが和むよう、カレー、グラタン、から揚げ等、子どもたちが食べ慣れているメニューを多く取り入れました。今月は新しい環境になじむことができるよう、楽しく食事ができる環境を整えてあげたいですね。

新生活と食事のリズムをつくろう

新学期がスタートしました。環境の変化で体と心が疲れやすいこの時期、食事のリズムを整えることが一番の安心につながります。「今日の給食なんだった？」の一言から、食卓の会話を広げてみてください。

【今月のポイント】

- ・三食を決まった時間に
- ・朝ごはんは必ず食べよう
- ・給食の話夕食の話題に



<4月の連絡・お願事項>

- ★食育の日 17日(金)
各クラスで食育についての活動を行います。
- ★手作りおやつ 28日(火)
「ミルメーク」



わんぱく農園だより

今年度もわんぱく農園活動で、土に触れ、植物に触れ、活かした自然体験をたくさん行っていきます。全体の活動とは別に、幼児クラス(3~5歳児)は、クラスの畑エリアを決め、各クラス毎に活動内容を決めて行っていきます。

<4・5月の活動予定>

- ・稲の種もみの選別 4/6(月)
- ・稲の種まき
4/10(金)うさぎ・くま・ぞう
- ・夏野菜の苗植え
- ・田植え
- ・さつま芋苗植え付け etc



食育ワンポイント

いただきます・ごちそうさま

食材の命をいただくこと、その生産者や食事を作った人への感謝の気持ちを込めて、食べ始めと食べ終わりのあいさつはしっかりおこないましょう。



おしらせ

清水こども園では、食育に取り組んでいます！ 今年度も、毎月「食育の日」を1日設定し、食育活動の充実に努めていきます。

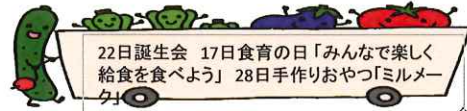
毎月、食育だよりを発行しています。季節に合った話題、食の豆知識、旬の食材を使った子どもたちに人気のレシピなどを紹介していきます。レシピは、簡単に作れて栄養たっぷりなので、ぜひご家庭でお試ください。

また、玄関近くには「食育コーナー」を設置しています。毎日の給食サンプルや行事食などの情報を掲示したり、自由にお持ち帰りいただけるレシピカードも置いてあります。ぜひご覧ください。



令和8年
4月

こんだてびょう



令和8年度 清水こども園

日	曜	午 前 おやつ (乳児)	屋 食 献 立 名		午 後 おやつ	材 料 と 体 内 で の 働 き		
			主 食	副 食		力や体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	水	みかん缶 麦茶	ごはん	鶏肉のみそ焼き ブロッコリーときゅうりのサラダ すまし汁(あげ・大根)	☆マカロニきな粉 牛乳	米 砂糖 油 マカロニ	鶏肉 みそ 魚肉ソー セージ 油あげ 牛乳 きなこ	ブロッコリー きゅうり 大根 みかん
2	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	豚肉と豆腐の甘辛煮 おかか和え(大根、人参) みそ汁(キャベツ・えのき)	☆おふラスク 牛乳	米 油 砂糖 ふ バター	豚肉 豆腐 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 グリーンピース きゅうり キャベツ えのき茸
3	金	ポーロ 麦茶	うどん	さばの立田揚げ キャベツのごま酢あえ すまし汁(鶏肉・ねぎ)	☆ジャムサンド(イチゴ) 牛乳	うどん 片栗粉 油 ごま 砂糖 パン いちごジャム	さば 鶏肉 牛乳	キャベツ きゅうり 人参 長ねぎ 生姜
4	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のマーレード煮 キャベツの塩昆布和え みそ汁(わかめ・大根)	セレクト 牛乳	米 マーレード 油	鶏肉 みそ 牛乳	キャベツ こんぶ わかめ 大根
6	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉のカレー風味炒め 大根とツナのドレッシング みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	☆お米deタルト サッポロポテト 牛乳	米 マヨネーズ 油 砂糖	豚肉 ツナ みそ 牛乳	にんにく キャベツ 大根 きゅうり 人参 わかめ 玉ねぎ
7	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き キャベツともやしのゴマサラダ みそ汁(大根・なめこ)	☆ココアケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ごま ホットケーキの素	鶏肉 みそ 豆乳 牛乳	キャベツ もやし 人参 なめこ 大根
8	水	みかん缶 麦茶	食パン	ポークビーンズ マカロニサラダ スープ(玉ねぎ・わかめ)	☆そぼろごはん 牛乳	パン じゃがいも 油 砂糖 マカロニ マヨネーズ 米	大豆 豚肉 ツナ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト 生姜 きゅうり キャベツ わかめ みかん
9	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	鮭の西京焼き ブロッコリーとツナ和風サラダ みそ汁(豆腐・ねぎ)	☆おとうふパン のむヨーグルト	米 砂糖 ごま 油 ホット ケーキの素	鮭 みそ ツナ ウイン ナー 豆腐 のむヨーグルト	ブロッコリー きゅうり 人参 長ねぎ コーン
10	金	ポーロ 麦茶	ごはん	麻婆豆腐 大根ときゅうりの中華あえ 春雨スープ(キャベツ)	☆ぶどうゼリー 星たべよ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 はるさめ	豆腐 豚肉 みそ 牛乳	人参 長ねぎ ビーマン にんにく 大根 きゅうり キャベツ ぶどうジュース
11	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉とねぎの炒め煮 お浸し(キャベツ人参) みそ汁(ふ・もやし)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ 長ねぎ キャベツ 人参 もやし
13	月	星たべよ 麦茶	ごはん	白身魚のパン粉焼き ほうれん草のサラダ みそ汁(大根・もやし)	☆キャラメルシュガート ースト 牛乳	米 パン粉 油 砂糖 パン マーガリン	ホキ ツナ みそ 牛乳	にんにく ほうれん草 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 大根
14	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	ささみの天ぷら キャベツのマヨサラダ すまし汁(かまぼこ・あさつき)	☆わかめご飯 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 マヨネーズ 米	鶏肉 魚肉ソーセージ かまぼこ 牛乳	青のり キャベツ 人参 きゅうり あさつき わかめ
15	水	みかん缶 麦茶	ごはん	レトルトカレー(非常食メニュー) 魚肉ソーセージ ゼリー	☆チヂミ 牛乳	米 じゃがいも 油 小麦粉 片栗粉 砂糖	豚肉 牛乳 豆乳 魚肉ソーセージ	玉ねぎ 人参 小松菜 み かん
16	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	食パン	チキンマカロニグラタン キャベツとミカンのサラダ スープ(ウインナー・チンゲン菜)	☆おかかごはん 牛乳	パン マカロニ 油 バター 小麦粉 粉チーズ パン粉 砂糖 米 ごま	鶏肉 牛乳 スキムミルク ウインナー 粉チーズ 糸けつり	玉ねぎ キャベツ きゅうり みかん チンゲン菜
17	金	ポーロ 麦茶	五目チャー ハン	鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ スープ(えのき・わかめ)	☆フルーツポンチ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 スパゲティ マヨネーズ	豚肉 魚肉ソーセージ 鶏肉 牛乳	人参 長ねぎ 生姜 フルー ツ缶 グリーンピース コーン キャベツ きゅうり パナナ えのき茸 わかめ
18	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き 大根ときゅうりドレッシング スープ(キャベツ・コーン)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	豚肉 牛乳	生姜 玉ねぎ 大根 きゅうり キャベツ コーン
20	月	星たべよ 麦茶	ごはん	焼肉 大根のそぼろ煮 みそ汁(あげ・ねぎ)	☆マドレーヌ 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 バター ホットケーキの素	豚肉 鶏肉 みそ 油あげ 牛乳	生姜 にんにく 玉ねぎ ビー マン 大根 長ねぎ レモン
21	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	かじきの甘醤油和え ほうれん草の磯香和え みそ汁(なめこ・あさつき)	ヨーグルト アンパンマンソフトせん 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖	かじき鮓 みそ 牛乳 ヨーグルト	生姜 ほうれん草 人参 のり なめこ あさつき
22	水	みかん缶 麦茶	食パン	煮込みハンバーグ コールスロー スープ(コーン・えのき)	☆チーズスティックパイ 牛乳	パン 片栗粉 砂糖 油 米 パイシート	豚肉 豆乳 ツナ チーズ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 えのき茸 コーン みかん
23	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	肉団子のパン粉蒸し 春雨ときゅうりの酢の物 スープ(豆腐・小松菜)	バナナ 豆花クッキー のむヨーグルト	米 片栗粉 油 パン粉 はるさめ 砂糖	豚肉 豆腐 のむヨーグ ルト	干椎茸 玉ねぎ 生姜 きゅうり 人参 わかめ 小松菜 パナナ
24	金	ポーロ 麦茶	ラーメン	鶏肉のバーベキューソース キャベツとツナの和風サラダ ラーメンスープ(しょうゆ)	☆しらすごはん 牛乳	油 中華麺 砂糖 ごま 米	豚肉 鶏肉 ツナ 牛乳 しらす	長ねぎ コーン わかめ 生 姜 パイン 玉ねぎ キャベ ツ 人参 きゅうり
25	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉と大根の甘辛煮 キャベツともやしドレッシング和 え	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	大根 玉ねぎ 人参 キャベツ もやし
27	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉とキャベツの炒め物 あげほのポテト みそ汁(もやし・わかめ)	☆ピザトースト 牛乳	米 油 じゃがいも マヨネーズ パン マーガリン	豚肉 みそ ウインナー チーズ 牛乳	生姜 キャベツ もやし わかめ コーン 玉ねぎ ビーマン
28	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	チキンカレー 切干大根の炒め煮 フルーツ(バナナ)	☆オレンジヨーグルトケー キ 牛乳 ミルメーク(幼児)	米 じゃがいも 油 ホットケーキの素 マー マ レード 砂糖	鶏肉 牛乳 さつま揚げ ヨーグルト	玉ねぎ 人参 グリーンピース 切干大根 パナナ
30	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	鶏肉の甘辛煮 キャベツと人参の甘酢和え みそ汁(あげ・じゃがいも)	☆やきそば 牛乳	米 油 砂糖 じゃがいも 蒸し中華そば	鶏肉 みそ 油あげ 豚肉 牛乳	玉ねぎ ビーマン キャベツ 人参 もやし

平均 栄養価	乳児食(基準献立) 幼児食(基準献立)	エネルギー428kcal エネルギー519kcal	たんぱく質16.7g たんぱく質21.6g	脂質14.4g 脂質17.8g	食塩相当量1.4g 食塩相当量1.7g
-----------	------------------------	------------------------------	--------------------------	--------------------	------------------------

☆印は手作りおやつの日です。完了期提供は次の通りです。ごはん類→軟飯 揚げ物→蒸し焼き 食パン→耳なし ※食材
によっては刻み提供
献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。

離乳食献立表

令和8年4月

日	曜	6か月～7か月	8ヶ月～9か月	10か月～12ヶ月
1	水	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 きゅうり 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(鶏肉 大根 きゅうり 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(鶏肉 大根 きゅうり 人参)
2	木	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 きゅうり 玉ねぎ キャベツ)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 きゅうり 玉ねぎ キャベツ)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 きゅうり 玉ねぎ キャベツ)
3	金	うどん だし汁 スープ煮(人参 キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 だし煮(ツナ 人参 キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 だし煮(ツナ 人参 キャベツ きゅうり)
4	土	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)
6	月	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 人参 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 人参 きゅうり 玉ねぎ)
7	火	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)
8	水	パンがゆ だし汁 スープ煮(人参 じゃがいも 玉ねぎ)	パンがゆ スープ 甘辛煮(大豆 人参 じゃがいも 玉ねぎ)	パンがゆ スープ 甘辛煮(大豆 人参 じゃがいも 玉ねぎ)
9	木	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 きゅうり ブロッコリー)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 人参 きゅうり ブロッコリー)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 人参 きゅうり ブロッコリー)
10	金	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 大根 キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 大根 キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 大根 キャベツ きゅうり)
11	土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)
13	月	おかゆ だし汁 スープ煮(ほうれん草 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 ほうれん草 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 ほうれん草 人参 玉ねぎ)
14	火	うどん だし汁 スープ煮(人参 キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 人参 キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 人参 キャベツ きゅうり)
15	水	非常食メニュー	非常食メニュー	非常食メニュー
16	木	パンがゆ だし汁 スープ煮(チンゲン菜 キャベツ 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(鶏肉 チンゲン菜 キャベツ 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(鶏肉 チンゲン菜 キャベツ 玉ねぎ)
17	金	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ 人参)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 きゅうり キャベツ 人参)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 きゅうり キャベツ 人参)
18	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ 大根)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ 大根)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ 大根)
20	月	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 大根 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 大根 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 大根 人参)
21	火	おかゆ だし汁 スープ煮(ほうれん草 じゃがいも 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき ほうれん草 じゃがいも 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき ほうれん草 じゃがいも 人参)
22	水	パンがゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ)
23	木	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ)
24	金	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ 人参)
25	土	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 大根 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 大根 玉ねぎ 人参)
27	月	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 人参 キャベツ)
28	火	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)
30	木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ 人参)

・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。とろみをつける為に、じゃがいもを使用しています。