

日	月	火	水	木	金	土										
<p>「新しい年度が始まります」</p> <p>入園・進級おめでとうございます。子ども達はこれから園で出会う友だちや保育士たちに、胸をときめかせていることでしょう。新しい環境で、体調を崩すこともあると思います。でも、何でもモリモリ食べて、体調を整え、元気に登園して下さい。待っています。</p> <p>【味覚を左右“五原味”】</p> <p>食べ物には“五原味”と呼ばれる味があり、それぞれ甘味、うま味、塩味、酸味、苦味として知られています。中でも人間が本能として欲する味は、甘味、うま味、塩味の三つです。塩味は塩化ナトリウムなどミネラルの味として、うま味はアミノ酸などのタンパク質の味として、そして甘味は糖などのエネルギー源の味として重用です。（※「辛味」は“味”ではなく“刺激”として分類されることが多いようです）</p> <p>食育のすすめ</p> <p>食事を通して情操面や知能面を育てる“食育(食教育)”。特に幼児期は、食習慣を身に付ける大切な時期ですから、園とご家庭との連携で、子どもへの食育をすすめていきましょう。</p> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>1日あたりの栄養量</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">三才未満児</td> <td style="text-align: center;">三才以上児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー 531kcal</td> <td>エネルギー 615kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質 18.2g</td> <td>たんぱく質 22.5g</td> </tr> <tr> <td>脂 質 15.3g</td> <td>脂 質 17.3g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム 202mg</td> <td>カルシウム 211mg</td> </tr> </table> </div> 						三才未満児	三才以上児	エネルギー 531kcal	エネルギー 615kcal	たんぱく質 18.2g	たんぱく質 22.5g	脂 質 15.3g	脂 質 17.3g	カルシウム 202mg	カルシウム 211mg	1 入園準備日
三才未満児	三才以上児															
エネルギー 531kcal	エネルギー 615kcal															
たんぱく質 18.2g	たんぱく質 22.5g															
脂 質 15.3g	脂 質 17.3g															
カルシウム 202mg	カルシウム 211mg															
2 土用(どよう) 土用というと夏を思い浮かべる方も多いと思いますが、土用は各季節にあります。陰陽五行説で、春・夏・秋・冬をそれぞれ木・火・金・水とし土を各季節の終わりの18日間に当てはめたことから立春・立夏・立秋・立冬の前の18日間は土用といえます。次の季節へ移る前の調整期間といったところでしょうか。	3 入園・進級式	4 清明(せいめい) 延長保育開始 (継続児のみ)	5 	6	7	8 お弁当の日										
9 【春の花】 春といえば桜(さくら)日本の国花です。原産国は日本で、バラ科の植物です。種類は大変多く、日本で自生しているものだけでも100種類以上、栽培しているものを加えると300種類以上あると言われています。花言葉は 高尚・教養・心の美です	10 防災訓練	11 体操教室 防災訓練	12 園外保育 (たんぼぼ、すみれ)	13	14 集金日	15 お弁当の日										
16 【発明の日】 4月18日。明治時代に「専売特許条例」が公布され発明の保護、奨励が行われるようになりました。特許を申請して認められたら15年間特許を保持できるといことになっています。	17 	18 体操教室	19	20 穀雨(こくう)	21 新入園児歓迎会	22 ようこそ										
23/30 【快食・快眠・快便】 朝食をしっかり食べると“うんち”が出やすくなって一日元気に過ごせます。規則正しい生活リズムを身につけて、元気な体をつくっていきましょう。	24 園外保育 (三才以上児)	25 体操教室	26 誕生会 	27	28 交通安全指導	29 昭和の日 										
	せんべい、ほうじ茶 うどん ウインナー 果物 白玉きな粉、牛乳 未満児⇒ビスケット	ビスケット、ほうじ茶 豚丼 もやしの中華和え みそ汁、果物 ホットケーキ、牛乳	せんべい、ほうじ茶 ご飯、茹で野菜 キャベツ畑のハンバーグ コーンスープ お誕生日会のケーキ 牛乳	クラッカー、ほうじ茶 ご飯、肉豆腐 さつま芋の煮物 みそ汁、果物 ジャムサンド、牛乳	ビスケット、ほうじ茶 カレーライス 杓苳のツナ和え 果物 あられ、牛乳	ヨーグルト お弁当の日 せんべい、牛乳 ヨーグルト お弁当の日 せんべい、牛乳 ヨーグルト お弁当の日 せんべい、牛乳										

※ 牛乳、卵などのアレルギーで除去食が必要な場合は、食品の除去又は、代替食品となります。
 ※ 行事や仕入れの都合により献立が変更になることがありますので予めご了承下さい。