



5月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児			おやつ	
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	土	けんちんうどん,海藻サラダ,ふりかけ	麦ごはん				おむすび(のり)
6	木	鶏の中華風香揚げ,大豆の磯煮,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	納豆和え	いりこ	いりこ	牛乳 ジャムサンド
7	金	カレーライス,ひじきサラダ,いちご	麦ごはん	肉団子	牛乳,パン	いりこ	ジュース 麩ラスク
8	土	焼肉スパゲティ,ポテトサラダ,玉ねぎの味噌汁	麦ごはん				おむすび(うめ)
10	月	魚のカラフル焼き,おから炒め,麩の味噌汁,バナナ	麦ごはん	ほうれん草のおひたし	コーンフレーク	いりこ	おむすび(たかな)
11	火	鶏のバーベキューソースかけ,ツナサラダ,コンソメスープ,オレンジ	麦ごはん	肉じゃが	ジュース ウエハース	いりこ	牛乳 大豆とじゃこの甘煮
12	水	あんかけちゃんぽん,かんころ煮しめ,パイナップル	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	おむすび(おかか)
13	木	南瓜コロケ,豆腐サラダ,もやしの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	金平れんこん	いりこ	いりこ	ミルク チョコスコーン
14	金	お弁当の日			牛乳,パン	いりこ	ジュース マドレーヌ
15	土	三色丼,野菜炒め,しめじの味噌汁	麦ごはん				せんべい
17	月	松風焼き,ひじき炒め,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	野菜ビーンズ	コーンフレーク	いりこ	おむすび(ゴマじゃこ)
18	火	魚のベーコン蒸し,ごぼうのサラダ,コンソメスープ,バナナ	麦ごはん	がんもの煮物	ジュース チーズ	いりこ	牛乳 玉子サンド
19	水	きつねうどん,野菜のゆかり和え,チーズ納豆,オレンジ	麦ごはん	粉ふき芋	バナナ	いりこ	おむすび(わかめ)
20	木	竹輪の磯辺揚げ,中華サラダ,わかめの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	さつまいもの甘煮	いりこ	いりこ	ジュース マシュマロおこし
21	金	鶏肉のおろし煮,れんこんのガーリックマヨ炒め,もやしの味噌汁,キウイ	混ぜご飯		牛乳,パン	いりこ	ケーキ
22	土	親子そうめん,肉じゃが,味付け海苔	麦ごはん				おむすび(ゆかり)
24	月	鮭のホイル蒸し,おからサラダ,南瓜の味噌汁,ゼリー	麦ごはん	じゃが芋のそぼろ煮	コーンフレーク	いりこ	おむすび(ごぼう)
25	火	ハヤシライス,野菜のチャンプルー,バナナ	麦ごはん	南瓜の煮物	ジュース ウエハース	いりこ	ミルク 黒ゴトースト
26	水	焼きそば,高野豆腐の卵とじ,すまし汁,パイナップル	麦ごはん	ハンバーグ	のむヨーグルト ビスケット	いりこ	おむすび ☆(さけ枝豆)
27	木	魚のラビコットソース,三色和え,チンゲン菜の味噌汁,オレンジ	麦ごはん	煮奴	いりこ	いりこ	牛乳 黒糖蒸しパン
28	金	生姜焼き,中華炒め,麩の味噌汁,キウイ	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳,パン	いりこ	ジュース ホットケーキ
29	土	ミートソーススパゲティ,エビマヨネーズ和え,にらの味噌汁	麦ごはん				せんべい
31	月	マーボー豆腐,南瓜とささみの胡麻和え,もやしの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	おむすび(ひじき)



給食だより

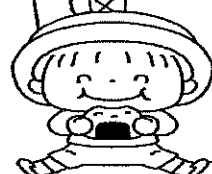
春の山菜を味わう

先月、古川牧場さんから「ふき」をいただきました。ふきの皮はあやめぐみさんがむいてくれました。

「バナナの皮みたい!」「手の黒くなるねー」「なんか匂いのするー」などと子どもたちならではのおもしろいつぶやきがたくさん。

そして、真剣に集中して皮をむく姿、お互いに皮のむきかたを教え合う姿など、子どもたちのすてきな一コマをたくさん見ることができました。

次の日、炒め煮をして、みんなでおいしく頂きました。ありがとうございました。



生活のリズムをつけよう!



早寝、早起きの習慣をつけましょう。子どもの成長には十分な睡眠が必要です。睡眠が十分でないと乳幼児期の生体リズムの形成や活動量に影響を与えます。食事のリズムを整えるためにも早寝 早起きは大切です!

☆お願い☆

最近いい天気が続き、子どもたちは元気に外遊びをしています! 水分補給をこまめにするためたくさんお茶を持たせてください。それでも空になった場合は、園で補充します!