



給食だより

令和7年度 4月30日 めいほうこども園



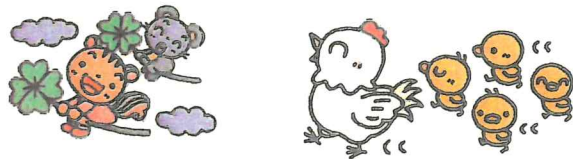
5月

小鳥のさえずりと共に、子どもさん達の元気な声が給食室まで聞こえてきます。今月は連休もあり、暦の上では立夏を迎え、だんだん熱くなり季節の変わり目で疲れが出やすい時期です。日頃から、子どもさん達の疲れのサインを見逃さないように気を付け、栄養と休養を充分に摂って体調を崩さないようにしましょう。



今月の給食目標

未満児：楽しい雰囲気の中で食事を楽しむ
以上児：様々な食材に興味を持つ



お弁当

- 主 食 3 (ご飯・パスタ など)
- 主 菜 1 (大豆・卵・魚・肉 など)
- 副 菜 2 (キノコ・野菜・海草 など)

このような割合の組み合わせで、赤・緑・黄色の彩りを考えて入れると、見た目もおいしそうで、食欲も増しますね。また衛生面から、おかずはよく加熱をして、冷ましてからふたをしましょう。



5月の行事予定

20日(火) お弁当の日
9時：スティックチーズ
3時：お茶 牛乳もち

* ご家庭からおかず入りお弁当と水筒をお願いします。



子どもの日のお祝い

柏(かしわ)の木の葉っぱは、新しい芽が出るまで古い葉っぱが落ちずについています。その様子から、「跡継ぎが絶えない」縁起かつぎとして食べられるようになったといわれています。また、悪いことが起こらないようにと、ちまきを食べます。ひとつひとつに大事な意味が込められていることを伝えたいですね。



予定献立表(5月)

	日	未満児おやつ	副食	3時のおやつ
月	12 26	牛乳 玉子ボーロ	五月汁 わかめとシーチキンの酢の物 りんご	ミルク キャラットケーキ
火	13 27	みかん缶	魚のみりん焼き ブロッコリーの和え物 わかめの清まし	牛乳 スタミナ卵
水	14 28	牛乳 スティックパン	切干大根とひじきの炒め煮 キャロットサラダ	ミルク りんご スティックチーズ
木	1 29	牛乳 カルシウムせんべい	肉じゃが ごまサラダ	(1日)お茶 牛乳もち (29日)おかき 生パン
金	2 16 30	(2. 30日)パナナ (16日) スティックチーズ	(2. 30日)魚のあけぼの焼き 小松菜の味噌汁 オレンジ (16日)魚のムニエル 盛り合わせサラダ 清汁	(2日)ミルク パナナ ビスケット (16日)お茶 柏餅 (30日)お茶 牛乳もち
土	17 31	牛乳 きなこせんべい	ミートスパゲティ リンゴジュース	牛乳 パン
月	19	りんご	ごま汁 小松菜のサラダ風おひたし	牛乳 チーズ蒸しパン
火				
水	7 21	牛乳 せんべい	しらす干しの卵とじ キャベツのおかか和え	クラッカー オレンジ
木	8 22	牛乳 プチドーナツ	チキンカレー ひじきのナムル	(8日)おかき 生パン (22日)ミルク ビスケット パナナ
金	9 23	ボイルウインナー	大豆入りハンバーグ トマトサラダ 豆腐としめじの味噌汁	フルーツヨーグルト和え
土	10 24	牛乳 ウエハース	五目ラーメン 固形ヨーグルト	牛乳 パン
誕生会(15日)		パナナ	ハヤシライス ハムのパンサンスー フルーツカクテル	牛乳 ショートケーキ

* 都合により、メニューを入れ替える時がありますので、御了承下さい。

