

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ご飯 ジャが芋とベーコンの仲良し煮 フロッコリーサラダ コンソメスープ [3時のおやつ] ポンテケージョ	ご飯 切干大根ビビンバ 胡瓜の酢の物 ワカメと高野豆腐のスープ [3時のおやつ] オートミールクッキー	 憲法記念日	 みどりの日
6	7	8	9	10	11
振替休日	ご飯 タンドリーチキン マカロニサラダ 味噌汁 [3時のおやつ] ミルクもち	ご飯 八宝菜 厚揚げの煮物 フロッコリーのカニカマサラダ [3時のおやつ] ごぼうのフラウニー	麦ごはん 栄養きんぴら たきぎ和え すまし汁 [3時のおやつ] フレンチトースト	ご飯 魚のコーンフレーク揚げ 納豆サラダ ワカメスープ [3時のおやつ] スコーン	肉野菜うどん 焼きシシャモ チーズサラダ [3時のおやつ] どら焼き
13	14	15	16	17	18
ご飯 鶏団子スープ 切干大根焼きそば コールスローサラダ [3時のおやつ] カップケーキ	ご飯 豚肉と野菜の生姜焼き炒め ツナとコーンのサラダ すまし汁 [3時のおやつ] スナック菓	ご飯 魚の中華あんかけ ゴママヨごぼうサラダ わかめスープ [3時のおやつ] みたらし団子	 お誕生会 [3時のおやつ] クッキー	ご飯 トンカツ 野菜の磯辺和え 味噌汁 [3時のおやつ] バナナケーキ	トマトクリームパスタ 野菜のチーズ焼き インゲンのサラダ [3時のおやつ] たまご蒸しパン
20	21	22	23	24	25
カレーライス 高野豆腐の煮物 春雨サラダ [3時のおやつ] ひとくちパイ	ご飯 すき焼き風煮 野菜のおかか和え 味噌汁 [3時のおやつ] ピザトースト	ご飯 鮭のタルタルソース ひじきサラダ ミネストローネ [3時のおやつ] マカロニ黄粉	ご飯 麻婆豆腐 竹の子とこんにゃくのきんぴら [3時のおやつ] 胡瓜ともやしのナムル ドーナツ	ご飯 チキンナゲット ネバネバ和え すまし汁 [3時のおやつ] マシュマロサンド	ロールパン ハヤシチュー フロッコリーのペペロンチーノ コロコロサラダ [3時のおやつ] ココアボール
27	28	29	30	31	
ご飯 鮭の味噌バタースープ 切昆布の煮物 野菜のそぼろ和え [3時のおやつ] 絞り出しクッキー	ご飯 松風焼き 切干大根サラダ 中華風スープ [3時のおやつ] のりじゃこトースト	ご飯 レバーのケチャップ煮 チップスサラダ すまし汁 [3時のおやつ] くるくるソーセージ	ご飯 牛肉と春雨の炒め物 ほうれん草のごま和え 味噌汁 [3時のおやつ] 大豆かきんとう	ご飯 竹輪の二色揚げ 塩昆布サラダ ゴマ豆乳スープ [3時のおやつ] シリアルおこし	

5月の行事予定

16日(木) 誕生会

メニュー




- ・こいのぼりごはん
- ・ハンバーグ
- ・彩りサラダ
- ・フライドポテト
- ・フルーツゼリー

5月5日はこどもの日!

こどもの日は端午(たんご)の節句の日でもあります。
子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です

柏餅(かしわもち)を食べよう!

柏の葉でおもちを包んだものが柏もち。
柏の葉は、新しい芽が出るまで落ちない、というところから「子孫繁栄」の縁起を担くとされています。

旬の食材 たけのこ

たけのこが土から顔をのぞかせる季節になりました。たけのこはエネルギーが少なく、食物繊維やたんぱく質を多く含んでいます。たけのこごはん、煮物、すまし汁など、旬の味をぜひご家庭でも味わってみてください。



5月の旬野菜

食べ物には「旬」があり、旬の食材は栄養満点で一番おいしく食べられる時期です。夏であれば「体を冷やし」、冬であれば「体を温める」という、旬の食材を食べることで「その季節に必要な働きかけ」をしてくれることもあります。園でも積極的に取り入れていきたいと思っています。

新たまねぎ 	たけのこ 	アスパラガス 
グリンピース 	春キャベツ 	ソラマメ 
新ゴボウ 	じゃがいも 	