

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
ご飯 団子汁 切昆布の煮物 ビーンズサラダ [3時のおやつ] 蒸しパン	ご飯 オムレツトルテ風 切干大根のサラダ ミルクスープ [3時のおやつ] 練乳ごまクッキー	 憲法記念日	 みどりの日	 こどもの日	トマトクリームパスタ 野菜のマヨネーズ焼き インゲンの胡麻和え [3時のおやつ] どら焼き
8	9	10	11	12	13
ハヤシライス ほうれん草とじゃが芋のたまご焼き ポイルキャベツ [3時のおやつ] バナナケーキ	ご飯 タンダーチキン ツナとコーンの白和え 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 フロッキーのカニマササラダ [3時のおやつ] ゴボウのフラウニー	もちきびご飯 栄養きんぴら 胡瓜の酢の物 すまし汁 [3時のおやつ] チーズケーキ	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	煮込みうどん 焼きシシャモ コロコロチーズサラダ [3時のおやつ] ラスク
15	16	17	18	19	20
雑穀ご飯 鶏団子スープ 切干大根焼きそば ごまだれサラダ [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 おからサラダ すまし汁 [3時のおやつ] スナッヅ	ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 [3時のおやつ] のりじゃこトースト	 お誕生会 [3時のおやつ] クッキー	ご飯 魚の中華あんかけ インゲンと人参の胡麻マヨサラダ 春雨スープ [3時のおやつ] おにぎり	ジャージャー麺 焼き餃子 野菜のナムル [3時のおやつ] ポンテケージョ
22	23	24	25	26	27
ご飯 鮭の味噌バタースープ ひじきの煮物 野菜のそぼろ和え [3時のおやつ] マシュマロサンド	ご飯 きつね餃子 ほうれん草とツナのうま煮 中華風スープ [3時のおやつ] シリアルおこし	ご飯 すき焼き風煮 野菜の塩昆布和え 味噌汁 [3時のおやつ] オートミールクッキー	麦ごはん 牛肉と春雨の炒め物 胡瓜の中華サラダ すまし汁 [3時のおやつ] ドーナツ	ご飯 チキンナゲット ネバネバ和え 野菜スープ [3時のおやつ] ピザトースト	ロールパン クリームシチュー フロッキーのペペロンチーノ [3時のおやつ] フッセ
29	30	31			
ご飯 ポークカレー のり塩たけのこ カルシウムサラダ [3時のおやつ] 絞り出しクッキー	ご飯 鮭の野菜タルタルソース 春雨サラダ ミネストローネ [3時のおやつ] マカロニ黄粉	ご飯 レバーのケチャップ煮 スパゲティサラダ すまし汁 [3時のおやつ] くるくるソーセージ			

5月の行事予定

18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(たんど)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。

いっまきまーす!

朝ごはんを食べよう!

朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかり食べましょう!

5月の旬野菜♪

季節や旬に関わらず、ほとんどの食材が一年を通して手に入り「旬」を感じにくくなってきたように感じます。旬の食材は栄養満点で一番おいしく食べられる時期なので、園でも積極的に取り入れていきたいと思っています。「旬の野菜はなにかな?」など、探してみながら買い物をするのも楽しいですね!

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