



子どもたちは新しい環境にもそろそろ慣れてきた様子ですが、5月は体調を崩しやすい時期です。表情や食欲の変化に十分注意しながら、お父さんお母さんも体調管理に気を付けましょう。



### こどもの日のお祝い

柏の木の葉っぱは、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」という縁起かつぎとして食べられるようになったと言われています。

日本の伝統文化を子ども達に伝えながら子どもたちの健やかな成長をお祝いしましょう。



### 食育活動が始まります

すみれ組さんは今月、食品3群のお勉強を行います。食品3群とは、食品を体の中での主な働きによって赤、黄、緑に分類したものです。子どもたちは食品にどんな働きがあるかを勉強し、その日の給食に使用する食材のカードをお当番さんがボードに貼ります。ただ食べるだけではなく、食品の役割を知り、感謝しながら食べる心を育てたいと思っています。

また、野菜の苗も植える予定です。

今年は、ミニトマト、オクラ、お米の3種です。



◎今月の『おにぎりの日』は  
12日(水)です。

日	曜	献立名	おやつ	kcal
1	土	手作り弁当・スープ(卵、わかめ)・お肉	ミニたい焼き	
3	月	憲法記念日でお休み		
4	火	みどりの日でお休み		
5	水	こどもの日でお休み		
6	木	チキンカレー・シルバーサラダ・ミニトマト スープ(わかめ、えのき)・お肉	南瓜ババロア	428
7	金	大根のそぼろ煮・ツナサラダ・コーン みそ汁(ほうれん草、板ふ)・パイン	梅干じゃこ炒飯 お茶	374
8	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ、卵)・グレープフルーツ	いちごクレープ	
10	月	鱈フライ・カリッス・コールスローサラダ・ブロッコリー スープ(マッシュ缶、白菜)・バナナ	ピザトースト スキムミルク	502
11	火	きのこと豆腐・ちくわとキャベツの味噌汁・トマト みそ汁(なめこ、長葱)・グレープフルーツ	ヨーグルト・ナツ お茶	390
12	水	おにぎりの日(ひじきとコーンの天ぷら・五目乾物きん ぴら・チーズ・すまし汁(しめじ、ニラ)・いちご)	洋風雑炊	492
13	木	鮭バーグ・凍り豆腐の含め煮・キャベツ みそ汁(もやし、油揚げ)・お肉	桜えびもち お茶	528
14	金	焼肉・大根サラダ・胡瓜漬け すまし汁(卵豆腐、万能葱)・キウイ	ごまババロア	433
15	土	手作り弁当・スープ(わかめ、ごま)・パイン	ミニパン ミニジュース	
17	月	鱈の紅葉焼き・ひじきの煮物・大根ゆかり すまし汁(はんぺん、ほうれん草)・バナナ	ブルーベリーサド スキムミルク	462
18	火	ぎせい豆腐・酢の物(卵入り)・ほうれん草お浸し みそ汁(舞茸、玉葱)・グレープフルーツ	わかめうどん	
19	水	ポーチドエッグ・ごぼうサラダ・チーズ スープ(ペーコ、キャベツ)・オレンジ	おから入りバウンドケーキ お茶	556
20	木	鶏の唐揚げ・利休和え・ミニトマト みそ汁(わかめ、絹豆腐)・いちご	ミートソース お茶	456
21	金	鮭のチーズ焼き・もやしのナムル・ブロッコリー すまし汁(筍、ニラ)・パイン	たぬきおにぎり お茶	400
22	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・お肉	ゼリー おせんべい	
24	月	さばのおろし煮・白菜の甘酢和え・コーン みそ汁(ほうれん草、油揚げ)・バナナ	クワックサド スキムミルク	556
25	火	さぼりしゅうまい・わかめのみぞれ和え・胡瓜漬け すまし汁(ニラ、卵)・グレープフルーツ	きのこそうめん	428
26	水	ツナグラタン・五目ひじき(鶏肉)・キャベツ スープ(ピーマン、えのき)・キウイ	きりせんしょ お茶	441
27	木	お誕生会(以上児さんはお箸のみ持ってきてください)	お楽しみ	
28	金	レバーの中華風・七日納豆・トマト すまし汁(大根、油揚げ)・オレンジ	コーンフレークケーキ お茶	444
29	土	手作り弁当・スープ(卵、わかめ)・バナナ	カップアイス	
31	月	鮭の揚げ焼き・海草サラダ・大根ゆかり みそ汁(ふのり、椎茸)・バナナ	卵サンド スキムミルク	515