

5月



にまいばしこども園

園生活にもそろそろ慣れてきた様子ですが、この時期は突然体調を崩してしまう子もいます。子どもたちの表情や食欲などの変化に十分注意しながら、体調管理に気を付けていきましょう。



食べきれる量で

嫌いな食べ物をなくす工夫を

幼児の場合、上手く咀嚼できなかったり、初めての食べ物に戸惑ったり、苦みを感じるなどで、食べ物を嫌いになることが多いようです。食べやすい味つけや盛り付け、おいしそうに食べて見せるなどの工夫をしましょう。最初は食べきれる量で進めると「食べきれた！」という達成感が次の食欲につながります。「これを食べると筋肉になるよ～。早く走れるよ～。」などと効能を教えてあげてもいいでしょう。



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、たんぱく質を多く

含みます。すまし汁や煮物にして、

旬の味をご家庭でも味わってみてください。



◎25日の親子遠足は、ひよこ、たんぼぼ、もも組は園でお弁当を食べますのでご準備をお願い致します。汁物とフルーツが付きます。

◎今月の『おにぎりの日』は10日(水)です。

(すみれ、ゆり、ちゅーりっぷ組さんのおうちの方はご準備をお願いします。たんぼぼ、もも組は園で準備します。)

※仕入れ状況により、献立内容が変更となる場合があります

※ひよこ、たんぼぼ組はくるみとピーナッツを除去しております。

日	曜	献立名	おやつ	加リー
1	月	肉じゃが・海草炒め・トマト みそ汁(キャベツ、えのき)・バナナ	ジャムサンド スキミルク	521
2	火	鯉のぼりハンバーグ・大豆とわかめの炒め・キャベツ すまし汁(手まり麩、にら)・メロン	ゼリー ブラウニー	412
3	水	憲法記念日でお休み		
4	木	みどりの日でお休み		
5	金	こどもの日でお休み		
6	土	手作り弁当・スープ(わかめ、ごま)	ストロベリークレープ	
8	月	ポークカレー・シルバーサラダ・トマト スープ(マッシュ缶、もやし)・グレープフルーツ	ミルクサンド スキミルク	539
9	火	鮭のコンフィッテ・すき昆布の煮物・もやし すまし汁(筍、わかめ)・オレンジ	たらこパイ お茶	453
10	水	おにぎりの日△ひじきとコーンの天ぷら・胡瓜のコロコロ 炒め・大根ゆかり・みそ汁(豆腐、なめこ)・バナナ	ホットケーキ お茶	488
11	木	キャンディソーゼツ・もやしのナムル・チーズ スープ(白菜、ベーコン)・パイ	チーズの餃子揚げ お茶	450
12	金	さばのおろし煮・ブロッコリーの白和え・コーン すまし汁(椎茸、はんぺん)・グレープフルーツ	キャロットゼリー	409
13	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	メープルマフィン	
15	月	いり鶏・ポテトサラダ・トマト みそ汁(大根、油揚げ)・オレンジ	コーンマヨネーズ スキミルク	588
16	火	魚のマリネ・ちくわとキャベツの味噌炒め・コーン スープ(卵、わかめ)・キウイ	じゃじゃ麺 お茶	426
17	水	かに玉風・ごぼうサラダ・ブロッコリー すまし汁(舞茸、ほうれん草)・グレープフルーツ	ヨーグルトトースト お茶	437
18	木	レバーの中華風・七目納豆・キャベツ みそ汁(なめこ、長葱)・バナナ	炊き込みおにぎり お茶	575
19	金	鮭の照り焼き・マヨネーズ炒め・白菜 すまし汁(厚揚げ、椎茸)・パイ	ポテトもち お茶	435
20	土	手作り弁当・スープ(わかめ、白ごま)・グレープフルーツ	さつま芋タルト	
22	月	豆腐の挽肉煮・ほうれん草ごま和え・ブロッコリー みそ汁(じゃが芋、油揚げ)・オレンジ	卵サンド スキミルク	489
23	火	ししゃものピカタ・コールスラツ・もやし すまし汁(しめじ、大根)・グレープフルーツ	牛乳入りすいとん	413
24	水	△お誕生会 お楽しみメニュー△ 3歳以上児クラスはお箸のみ持たせてください	お楽しみ	
25	木	親子遠足♪全園児お弁当の日 手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	袋菓子 お茶	
26	金	鯉のケチャップ和え・鶏ささみのゴマ炒め・チーズ すまし汁(はんぺん、舞茸)・パイ	コーンフレークケーキ お茶	338
27	土	手作りお弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・パイ	スイートポテト	
29	月	ミートローフ・胡瓜とわかめの酢の物・ミニトマト すまし汁(にら、卵)キウイ	クワックサンド スキミルク	532
30	火	鮭バーグ・洋風切り干し大根・コーン みそ汁(ふのり、厚揚げ)・バナナ	冷やしうどん	348
31	水	チキングラタン・じゃが芋ソテー・大根ゆかり スープ(コーン缶、えのき)・オレンジ	パウンドケーキ お茶	400