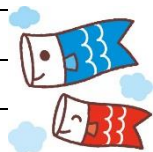




1	水	
2	木	体育教室(幼児)
3	金	憲法記念日
4	土	国民の休日
5	日	こどもの日
6	月	振替休日
7	火	安全生活指導週間 体育教室(幼児)
8	水	英語教室
9	木	
10	金	絵画教室
11	土	春の親子遠足(農業センター)
12	日	
13	月	
14	火	体育教室(檸檬・幼児)
15	水	英語教室
16	木	
17	金	絵画教室
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	体育教室(幼児)
22	水	英語教室
23	木	避難訓練
24	金	絵画教室
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	体育教室(檸檬・幼児)
29	水	英語教室
30	木	誕生会
31	金	絵画教室



新しい環境にも少しずつ慣れて、毎日元気に遊んでいる子ども達。4月に入園したばかりの小さなお友達の周りには、幼児クラスのお兄さんやお姉さんが「名前教えて」「何組さん？」と声をかけに来てくれる姿が見られます。砂場にちょこんと座っているとバケツを貸してくれたし、だんご虫を見せてくれたりとたくさんの触れ合いがあるようです。また、小さなお友達が増えたことで自分たちが進級したことにも自信を持ち、ひと回り大きくなったようにも思えます。

連休もありますが、5月も元気に過ごしていきたいと思います。

お知らせ

・11日(土)親子遠足の詳細はきっぷノート『お知らせ』よりご確認ください。

今月の歌



来月の予定

15日(土) 保育参観(蜜柑・葡萄・林檎組)
27日(木) 誕生会



今月の献立はスナップ豌豆や牛蒡、筍など、咀嚼を促す食材が多く登場しています。また、噛む力を身につけられるよう、園の給食では切り方や茹で加減など調整して調理しています。今月はその筍と牛蒡を使った“厚揚げの土佐煮”のレシピを紹介します。

『厚揚げの土佐煮』のレシピ



<材料> こども2人・大人2人分

厚揚げ	250g
鶏肉	50g
牛蒡	35g
筍(水煮)	35g
人参	65g (1/3本)
スナップ豌豆	25g (5本)
出汁	適宜
醤油	6.5g
かつお節	6g

<作り方>

- ① 厚揚げ・鶏肉は一口大に切る。
- ② 牛蒡は小さめの斜め切り、筍と人参は銀杏切りにする。
- ③ スナップ豌豆は筋を取って一口大に切る。
- ④ 鍋で鶏肉を炒め、色が変わったら牛蒡・筍・人参を加えて軽く炒める。
- ⑤ 厚揚げを加え、食材が浸る程度の出汁と醤油を加えて煮る。
- ⑥ 食材が柔らかくなったならスナップ豌豆・かつお節を加える。軽く煮たら出来上がり！

今月の献立 pick up★

スナップ豌豆のじゃこサラダ

お店にも緑鮮やかな豆が並ぶ季節になりました。春はえんどう豆の仲間が美味しい季節です。今月の献立はスナップ豌豆やえんどう豆がたくさん登場します！

さっと茹でたスナップ豌豆は歯ごたえ良く、よく噛むことで甘味を感じられます。じゃこの塩味とよく合う、こども達にも人気のサラダです。



ベイクドポテト

新じゃがは水分が多くて柔らかく、皮付きのまま食べられるため調理も簡単です。皮付きの新じゃがにチーズをのせて焼いたベイクドポテトは、朝食や夕食の一品にもおすすめです。



豆苗ともやしのナムル

一度使用した豆苗は再生栽培をすることが可能です。こども達と一緒に観察したり水を替えたりすることで、食べ物や植物への関心に繋がります。光に向かって伸びる豆苗は可愛らしく、ぐんぐん伸びる様子をお子様と一緒に観察するのも楽しいかもしれません。



お願い

アレルギーの心配があるため、以下の食材については園で初めて口にするとという事がないよう、なるべく献立実施までにご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願いいたします。

林檎・桃・バナナ・メロン・
オレンジ・鮭・鯖・胡麻・筍



今月の目標

給食で出る旬の野菜を知り、旬とは何か意識して食べられるようになる





2024年度

5月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる
1 ・ 20	水 ・ 月	鶏牛蒡丼 スナッペンとうの じゃこ和え	1日:こんぶあられ 20日:フルーツポンチ 牛乳	若鶏むね・しらす干し 普通牛乳	精白米・調合油・あられ	ごぼう・にんじん・ぶなしめじ・さ やいんげん・スナッペンとう きゃべつ・みかん缶詰・白桃缶 パインアップル缶詰・バナナ
2 ・ 14 ・ 31	木 ・ 火 ・ 金	ロールパン 鶏肉と春野菜のクリーム煮 カルシウムヨーグルト	せんべい バナナ 牛乳	鶏むね・普通牛乳 カルシウムヨーグルト	ロールパン・じゃがいも 有塩バター・薄力粉 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・キャベツ アスパラガス・コーン缶・バナナ
7 ・ 24	火 ・ 金	ごはん 炒り豆腐 えんどう豆と新じゃがのサ ラダ	胡麻だれ五平餅 牛乳	木綿豆腐・若鶏むね うぐいす豆・マグロ水煮缶 普通牛乳	精白米・調合油・三温糖 じゃがいも・すりごま 片栗粉	たまねぎ・にんじん・韃靼元 乾しいたけ・キャベツ
8 ・ 23	水 ・ 木	ごはん 豚肉と筍の炒め煮 アスパラのおかか和え	ベイクドポテト 牛乳	ぶたもも 削り節 プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・三温糖 じゃがいも	たけのこ水煮・キャベツ にんじん・スナッペンとう アスパラガス・緑豆もやし
9 ・ 22	木 ・ 水	ごはん 鱈の香味焼き 切干大根の煮物	9日:あんトースト 22日:クラッカー 牛乳	さわら・油揚げ・普通牛乳 こしあん	精白米・食パン クラッカー 無塩バター	切干しいたけ・にんじん 乾しいたけ・さやいんげん
10 ・ 21	金 ・ 火	食パン ジャーマンポテト カルシウムヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	ウインナーソーセージ カルシウムヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃがいも ビスケット・調合油	たまねぎ・にんじん・青ピーマン バナナ
13 ・ 27	月	ごはん 鱈の竜田焼き ひじきサラダ	メロンパン風トースト 牛乳	あじ・まぐろ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 食パン・有塩マーガリン グラニュー糖・薄力粉	乾ひじき・キャベツ・にんじん スナッペンとう コーン缶詰粒
15 ・ 29	水	ごはん 蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌かけ 切干大根の納豆和え	マカロニココア 牛乳	鶏むね・赤色辛みそ かつお節・納豆・黄粉 普通牛乳	精白米・じゃがいも すりごま・片栗粉 三温糖・マカロニ	キャベツ・スナッペンとう 赤ピーマン・切干しいたけ アスパラガス
16 ・ 28	木 ・ 火	ドライ豆カレー 豆苗ともやしのナムル	レーズン蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・大豆水煮缶詰 鶏卵・普通牛乳	精白米・ごま油・いりごま 薄力粉・調合油・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 豆苗・緑豆もやし・レーズン
17	金	ごはん 厚揚げの土佐煮 小松菜の胡麻和え	じゃこごはんピザ 牛乳	生揚げ・鶏むね(皮なし) かつお節・しらす干し プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・すりごま	ごぼう・たけのこ水煮・にんじん スナッペンとう・こまつな・りょく ともやし・ぶなしめじ・焼きのり
18	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	お米リング 牛乳	ぶたもも・煮干し 普通牛乳	中華めん・ごま油 三温糖・菓子類	にんじん・りょくともやし キャベツ・きくらげ・バナナ
25	土	じゃこ炒飯 若布スープ	お米リング 牛乳	しらす干し・木綿豆腐 普通牛乳	精白米・調合油 菓子類	こまつな・にんじん・ぶなしめじ カットわかめ・チンゲンサイ コーン缶詰粒
30	木	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	若鶏むね・普通牛乳 プレーンヨーグルト まぐろ水煮缶詰 豆乳ホイップクリーム	精白米・じゃがいも マヨネーズ・ロールケーキ	にんじん・アスパラガス・メロン

