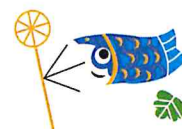
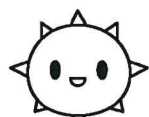


しょくじだより



新年度がスタートして1ヶ月。子どもたちは新しい環境にも慣れ、元気に園生活を送っています。緊張がほぐれ、たくさん遊んでお腹が空くのか配膳に行くと、「今日の給食なあに？」と声をかけてくれる子どもがたくさんいて、給食員も子どもたちとの会話を楽しんでいきます。



朝食を食べる習慣をつけましょう

時間のない中、いきなりきちんとした朝食を作る習慣を身につけることは、とても難しいものです。まずは、せめて飲み物をとる習慣をつけましょう。牛乳、野菜ジュース、スープなど。空腹時は胃が刺激を受けやすいので、胃に優しいものを選ぶようにします。だんだん朝食を食べる習慣が身についたらチーズ、ヨーグルトなどの乳製品、おにぎり、パンといったすぐに用意できるものをとるようにします。できるなら洗うだけ、皮をむくだけで食べられる果物や野菜も準備してみましょう。



子どもの日のお祝い

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、「後継者が絶えない」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。園では、幼児さんは、柏餅クッキングを行います。行事を通して、日本の伝統文化を子どもたちに伝えて行きたいと思っています。

子どもたちと一緒に！

給食食べたよ



玉ねぎの皮をむいたよ



給食の展示サンプル場所が移動しました！

ふくろうのポストの所の窓から見えます。お迎えの際にお子様と是非一緒にご覧ください。





こんだてひょう



5月分

五和保育園

日	曜	午前おやつ	クッキング	献立名	午後のおやつ
01	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子
06	木	ハイハイ		カレーライス マカロニサラダ 枝豆 手作り甘夏ゼリー	麩のラスク カルピス
07	金	せんべい		こいのぼりランチ	元気っこプリン
08	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子
10	月	ハイハイ		カレーピラフ ジャがいもの洋風煮 はるさめフルーツサラダ チーズ	抹茶ちんすこう 牛乳
11	火	ミレーフライ		きつねうどん 枝豆入りかき揚げ もやしのごま酢和え 手作り黄桃ゼリー	ふわふわおかずマフィン アシドミルクいちご
12	水	せんべい		米飯 肉団子の甘辛煮 ちくわときゅうりの青のり和え 豆腐のみそ汁 パナナ	自家製みかんヨーグルト ミレーフ アイ くじ屋0.1歳 牛乳
13	木	ビスコ		米飯、ベーコンコロッケ スパゲティのツナサラダ わかめのすまし汁 メロン	マシュマロサンド、野菜ジュース くじ屋2.4歳
14	金	ハイハイ		米飯 鮭のコーンマヨネーズ焼き いんげんのおかか和 さつまいもの豚汁 オレンジ	シリアルおこし ジョア くじ屋3.5歳
15	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子
17	月	ハイハイ		ひじきと枝豆の彩りごはん さつまいもの天ぷら かみかみ和え 油揚げのみそ汁 パイン缶	おからケーキ抹茶入り 牛乳
18	火	せんべい		スパゲティミートソース スマイルポテト お豆サラダ ミニゼリー	ピザ屋さん
19	水	ミレーフライ	かしわもちづくり (幼児)	おにぎりの日	かしわもち 幼児 ホットケーキ 乳児
20	木	ビスコ		米飯 揚げ魚のあんかけ ポテトサラダ おくらスープ オレンジ	自家製りんごヨーグルト せんべい
21	金	せんべい		米飯 厚揚げのみそチーズ焼き 豚肉と野菜のカレー炒め もやしと大根のみそ汁 もも缶	パンせんべい 牛乳
22	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子
24	月	ハイハイ		かつお洋風寿司 ポップコーンチキン きゅうりと人参の和え物 そうめん汁 オレンジ	ふわふわバナナパン 牛乳
25	火	せんべい		わかめごはん 五目煮豆 ちくわのカレー揚げ けんちん風みそ汁 甘夏みかん缶	米パフクッキー 野菜ジュースアップル
26	水	ミレーフライ	年中野菜の皮むき	ジャムサンドパン マカロニシチュー ごぼうのサラダ メロン	フルーツポンチ
27	木	ビスコ		米飯 きゃべつのメンチカツ ひじきと玉ねぎのサラダ わかめスープ パナナ	ツナマヨトースト 牛乳
28	金	ミレーフライ		お楽しみ弁当 さくら以上、空の弁当箱持参	菓子 コアコア
29	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子
31	月	ハイハイ		米飯 さばのりんごソースかけ ちくわときゃべつの和え 物 もやしのみそ汁 オレンジ	フルーチェ ミレーフライ

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	650	22.3	22.1	185	2.2	174	0.37	0.3	34	4.1	2
目標量	574	22.9	17.2	259	2.4	202	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	113	97	128	71	92	86	119	83	189	89	105
3才未満児	610	19.2	19.3	199	1.9	144	0.32	0.27	29	3.7	1.9
目標量	464	18.6	13.9	214	2.3	189	0.25	0.28	18	3.7	1.6
充足率(%)	131	103	139	93	83	76	128	96	161	100	118

5月きゅうしょくイベント

くじ屋さん

12日(水) 0.1歳
13日(木) 2歳 年中
14日(金) 年少 年長
給食室がお菓子屋さんに変身!
好きなお菓子を自分で選びます。

7日(金)

こいのぼりランチ
子ども達が大好きな
ハンバーガーです!

19日(水)

かしわもちづくり

誤嚥防止もあり、幼児の
みクッキングして食べま

18日(火)

ピザ屋さん

ツナ、ウィンナーのピザから
自分で選びます。どちらにし
たのかな?
お家で聞いてみて下さいね。

14日(水) おにぎりの日

おにぎりのみ持参してください。

28日(金) お楽しみ弁当

さくら以上、空の弁当箱を持参してくだ
さい。