



よていこんだて

令和 6年 5月号

末崎こども園

栄養士 永井 祐子

曜日	月	火	水	木	金	土
予定			1 完全給食	2 避難訓練	3 憲法記念日	4 みどりの日
未満児主食	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。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。					
昼食			・わふうスパゲティー ・ココロスープ ・くだもの	ごはん ・キャベツのハンバーグ ・スナップエンドウのポテトサラダ ・もやしのみそしる ・くだもの		
おやつ			ごはんはいりません むぎぢゃ どうもこしのごはん	むぎぢゃ パームクーヘン		
日	6	7	8	9	10	11
予定	振替休日		完全給食 赤十字登録式		異年齢交流	おにぎりの日△
未満児主食		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	おにぎり、飲み物を持ってきてください。
昼食		・チーズととうふいりさつまあげ ・きりぼしだいこんのカレーに ・じゃがいものみそしる ・くだもの	・たきこみごはん ・さけのすりみじる ・くだもの	・マーボー豆腐 ・いろどりあえ ・はるさめのスープ ・くだもの	・アスパラガスいりカレー ・ヨーグルトサラダ ・むぎぢゃ	
おやつ		のむヨーグルト パイ	ぎゅうにゅう ツナマヨパン	ぎゅうにゅう いちごジャムむしパン	やさいジュース こうやどりのきなこトースト	
日	13	14	15	16	17	18
予定			完全給食 誕生児参観 うめっこひろば			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
昼食	・スコップコロケ ・だいこんのさっぱり ・しめじのみそしる ・くだもの	・しろみざかなのクリームかけ ・こんぶのいために ・キャベツのみそしる ・くだもの	・タコライス ・カラフルスープ ・くだもの	・ヤンニョムチキン ・おからサラダ ・わかめスープ ・くだもの	・ふたにくととうふのしおいため ・きゅうりのナムル ・ふのすましじる ・くだもの	・チーズおかかごはん ・たまねぎのみそしる ・ヤクルト
おやつ	むぎぢゃ ひじきごはん	ぎゅうにゅう かぼちゃスコーン	むぎぢゃ おたのしみデザート	ぎゅうにゅう ブルーベリーサンド	ヨーグルト せんべい	ごはんはいりません
日	20	21	22	23	24	25
予定			完全給食			おにぎりの日△
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
昼食	・とうふとツナのハンバーグ ・ふきのもの ・えのきのみそしる ・くだもの	・さけのあますかけ ・たけのこサラダ ・たまねぎのみそしる ・くだもの	・はるまきどんぶり ・ちゅうかスープ ・くだもの	・にくだんごあんかけ ・はんさんすう ・なめこじる ・ゼリー	・ふたにくとごぼうのうまに ・おさつスティック ・だいこんのみそしる ・くだもの	おにぎり、飲み物を持ってきてください。
おやつ	むぎぢゃ にんじんとりんごのむしパン	のむヨーグルト だいごくいも	むぎぢゃ ミニクワッサン	ぎゅうにゅう こめこのりんごタルト	ぎゅうにゅう おからクッキー	
日	27	28	29	30	31	
予定			春の遠足			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	16日のヤンニョムチキンは韓国料理で甘辛いから揚げのことで、韓国ではコチュジャンなどの香辛料を使いますが、園ではケチャップを使って仕上げます。
昼食	・ブレンオムレツ ・マカロニサラダ ・さつまいのみそしる ・くだもの	・チーズはんぺんフライ ・だいこんのうめサラダ ・とうふのみそしる ・ゼリー		・じゃがいものそばろに ・けんちんじる ・くだもの	・とうふのふわふわわやき ・ごぼうのごまに ・じゃがいものみそしる ・くだもの	
おやつ	むぎぢゃ おやつピビンバ	ぎゅうにゅう せんべい	ぎゅうにゅう クッキー	ぎゅうにゅう きなこあげパン	ヨーグルト せんべい	

※献立は都合により変更になる場合があります。

※今月の果物はバナナ、オレンジ、パイナップル、いちごなどの予定です。



おしらせ

- 4月から給食・おやつのでんをを始めました。
- 玄関入って、正面にありますので、お迎えの際などご覧ください。
- 子どもたちは「今日のくだものは〇〇だよ」と楽しそうに眺めています。



こどもの日のお祝い

5月5日は『端午の節句』です。男の子の健やかな成長を願う行事です。鎧(よろい)や兜(かぶと)を飾り、庭先に「こいのぼり」を立てて祝います。「柏餅」や「ちまき」を食べる習慣があり、柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄の縁起をかつぎ、柏餅を食べるようになったといわれています。ちまきに結んである五色の糸は魔除けの意味があり、こいのぼりの吹き流しの色にも使われています。



今月の目標

みんなと仲良く
食べよう

今月の予定平均栄養量

エネルギー 426Kcal (以上児)
512Kcal (未満児)
塩分量 1.6g (以上児)
1.3g (未満児)

