

給食だより

5月号 金沢保育園

入園・進級してから1カ月、新しいお部屋にも慣れてきて、子どもたちは毎日元気いっぱいにご飯を食べています。お兄さんお姉さんになった！という気持ちから、挑戦したり、頑張ったりするパワーがアップしているようです。

引き続き、風邪やウイルスに負けないよう、好き嫌いなく何でもバランスよく食べて、乗り切りましょう！

5月19日 “お台所ごはんの日” 献立

- ・十五穀米入りごはん
- ・ひじき入りオクラとしらす納豆
- ・さばのきじ焼き ・野菜の白和え
- ・厚焼き卵 ・季節の野菜のみそ汁
- ・オレンジ (新玉ねぎ)



お弁当作り楽しみだね！

今月のお楽しみランチは、“遠足ごっこ&お弁当作り”をします。延期になってしまった遠足を気分だけでも楽しんでほしいなあと思っています。

幼児組の子どもたちは、空っぽのお弁当箱に自分でおかずを詰めて、オリジナルお弁当を作ろう！というお楽しみです。

色々な種類のおかずの中から選ぶのはワクワクしますね。どんなお弁当になるのか楽しみです。

※後日、詳しい内容についてお手紙が配布されますので、ご覧ください。

5月はゴールデンウィークがあり、長いお休みとなります。生活リズムが崩れると、体調も崩れがちです。いつものように、早寝・早起きを心がけましょう。園でも楽しい行事やイベントがありますよ。体調管理に気を付けて、みんなで元気に楽しみましょうね！

日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	1日(金)	2日(土)
<p>離乳食はすべて、個別献立となっております。開始時期や月齢に応じた献立となっておりますが、さらに一人一人の噛む力や消化能力の発達に合わせて、大きさや硬さ、食べ具合につきましても配慮し、ご家庭と連携を取りながら無理なくすすめておりますので、ご安心下さい。その他、アレルギー除去食、体調に合わせた個別対応食も提供しておりますので、ご相談下さい。</p>				<ul style="list-style-type: none"> ・ほっこらタイム(ミルク) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ほっこらタイム(ゼリー)
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
<ul style="list-style-type: none"> ・みどりの日 	<ul style="list-style-type: none"> ・こどもの日 	<ul style="list-style-type: none"> ・振替休日 	<ul style="list-style-type: none"> ・ほっこらタイム(ゼリー) ・ごはん ・さんまの蒲焼き ・あさりとキャベツのゴマサラダ ・えのき汁 ・オレンジ・ほうじ茶 ・ブルーベリーヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ほっこらタイム(小魚) ・オープンサンド(ジャム&マヨ) ・クラムチャウダー ・スライスきゅうり ・チーズ ・バナナ・ほうじ茶 ・おせんべい ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・ほっこらタイム(ゼリー) ・クロワッサン ・鶏肉のから揚げ ・ブロッコリー ・オニオンスープ ・フルーツ ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
(肝油)	(せんべい)	(鉄ゼリー)	(ゼリー)	(小魚)	(ゼリー)
<ul style="list-style-type: none"> ・焼きそば ・ブロッコリー ・肉だんご ・中華スープ ・バナナ ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・鮭のタルタル焼き ・いんげんソテー ・トマト ・なめこ汁 ・オレンジ・ほうじ茶 ・Ca強化チーズ ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・きんぴらごぼう ・ブロッコリー ・季節の野菜のみそ汁 ・バナナ・ほうじ茶 ・あべかわマカロニ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・白身魚のみそ焼き ・鶏ささ身とオクラの醤油和え ・人参の含め煮 ・もやし汁・オレンジ ・おせんべい ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンカレーライス ・ひじきのきんぴら ・チーズ ・バナナ ・ほうじ茶 ・プレーンヨーグルト ・おせんべい ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャムサンド ・フランクフルト ・ブロッコリー ・コーンスープ ・フルーツ ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
(せんべい)	(ゼリー)	(肝油)	(ゼリー)	【おにぎりディ】	(ゼリー)
<ul style="list-style-type: none"> ・豚丼 ・フレンチサラダ ・豆腐汁 ・バナナ ・ほうじ茶 ・ふかしもち ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・お台所ごはんの日 ・～郷土食・伝統食～ ・ヤクルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・しらすごはん ・レバーのカレー揚げ ・中華サラダ ・ワントンスープ ・パイン ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・鮭の甘塩焼き ・切り昆布とちくわの煮物 ・豆腐入り青菜汁 ・バナナ・ほうじ茶 ・おせんべい ・スキムミルク 	<ul style="list-style-type: none"> ・おにぎり ・飲み物の準備をお願いします。 ・焼きうどん ・ブロッコリー ・かまぼこ ・わかめ汁 ・フルーツ ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・オレンジかたくり ・おせんべい ・牛乳
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
(ゼリー)	(肝油)	(ミルク)	(ゼリー)	《お楽しみランチ》	(ゼリー)
<ul style="list-style-type: none"> ・五目中華 ・焼き豚 ・フルーツヨーグルト ・ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・白身魚の唐揚げ ・もやしのソテー ・人参の含め煮 ・鶏肉のすまし汁 ・バナナ・ほうじ茶 ・ごはん ・白身魚の唐揚げ ・もやしのソテー ・人参の含め煮 ・鶏肉のすまし汁 ・バナナ・ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・しらすとワカメのゴマちらし ・鶏肉の照り煮 ・いんげんのごま和え ・トマト ・じゃが汁・オレンジ ・ジョアヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・さんまの旨煮 ・ほうれん草昆布和え ・かぼちゃの甘煮 ・季節の野菜のみそ汁 ・バナナ・ほうじ茶 ・豆腐ドーナツ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・遠足ごっこ DE お弁当作り！！ ・自分だけのオリジナルお弁当を作ろう♪ ・Ca強化チーズ ・スキムミルク ・おせんべい ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・五目チャーハン ・ホットウインナー ・もやしスープ ・フルーツ ・おせんべい ・牛乳

※行事などの都合で、献立が入れ替わることがあります。また、食材発注の関係で献立内容を一部変更する場合があります。