

# 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過ごしています。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。未満児組さんはかわいいお弁当ケースに入ったカネホ弁当を食べます。いつもと違う雰囲気喜んでくれたらなあと思います。

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！

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。



日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	1日(金)	2日(土)
				・おせんべい・ミルク ・ベビーコーン ・カレーライス ・ひじきのきんぴら ・チーズ ・バナナ ・ほうじ茶	・おせんべい・牛乳 ・鮭おにぎり ・ソーセージ ・ブロッコリー ・豆腐とワカメみそ汁 ・フルーツ ・ほうじ茶
				・ジョアヨーグルト	・おせんべい ・牛乳
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
みどりの日 	こどもの日 	振替休日 	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・さんまの蒲焼ほぐし ・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	・おせんべい・牛乳 ・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・牛乳 ・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
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
・おせんべい・牛乳 ・焼きそばほぐし ・ブロッコリー ・肉だんごほぐし ・中華スープ ・バナナ ・ほうじ茶 ・おせんべい ・牛乳	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・鮭タルタル焼ほぐし ・いんげんソテー ・きざみトマト ・なめこ汁 ・オレンジ・ほうじ茶 ・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・鶏肉の照り焼ほぐし ・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	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・白身魚のみそ焼き ・鶏ささ身とオクラの醤油和え ・人参の含め煮ほぐし ・もやし汁・オレンジ ・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい・牛乳 ・ベビーチキン ・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 ・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)
・おせんべい・牛乳 ・豚丼ほぐし ・フレンチサラダ ・豆腐汁 ・バナナ ・ほうじ茶 ・ふかしいも ・スキムミルク	・おせんべい・牛乳 <b>お台所ごはんの日</b> ～郷土食・伝統食～ ・ヤクルト (ジョアヨーグルト)	・おせんべい・牛乳 ・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	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・鮭の甘塩焼きほぐし ・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	<b>【おにぎりディ】</b>  <b>おにぎりの準備をお願いします。</b> ・オレンジかたくり	・おせんべい・牛乳 ・焼きうどんほぐし ・ブロッコリー ・かまぼこスライス ・わかめ汁 ・フルーツ ・ほうじ茶 ・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)
・おせんべい・牛乳 ・五目中華ほぐし ・焼き豚スライス ・フルーツヨーグルト ・ほうじ茶 ・鮭おにぎり ・お茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・白身魚の唐揚げほぐし ・もやしのソテー ・人参の含め煮ほぐし ・鶏肉のすまし汁 ・バナナ・ほうじ茶 ・ストロベリー ・ヨーグルト	・おせんべい・ミルク ・しらすとワカメのゴマちらし ・鶏肉の照り煮ほぐし ・いんげんのごま和え ・きざみトマト ・じゃが汁・オレンジ ・ジョアヨーグルト	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・さんまの旨煮ほぐし ・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	<b>《お楽しみランチ》</b>  <b>遠足ごっこ DE カネホ弁当！！</b> ・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい・牛乳 ・五目チャーハン ・ホットウイナー ・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。