



5がつのこんだてひょう



※ 青字は新メニューです。

令和3年 みなみ保育所

月	火	水	木	金
3 憲法記念日 5月5日(水)は、端午の節句です。子どもの健やかな成長と健康を願いかぶとを飾り、鯉のぼりをあげます。また、ちまきや柏餅を食べてお祝いをする日です。 保育所では、7日(金)に子ども達の健やかな成長を願い、『子どもの日献立』にしています。おやつは、子どもの日にちなんだ形になっていますので、楽しみにしてくださいね。 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 (午前のおやつ0.1.2歳児) チーズ・お茶 ごはん 鶏肉のさっぱり焼き マカロニサラダ 煮昆布 もやしのみそ汁 わかめおにぎり パスチャライズ牛乳	7 子どもの日献立 みたらし団子 お茶 こいのぼり寿司 魚の照り焼き 春キャベツの和え物 豆腐のみそ汁 いちご 子どもの日クッキー 牛乳
10 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 厚焼き卵 キャベツのマリネ じゃこきゅうり 切り干し大根のみそ汁 牛しぐれおにぎり パスチャライズ牛乳	11 粉ふき芋 牛乳 五穀ごはん 魚の塩こうじ焼き 大豆の煮物 小松菜のごま和え 鶏ごぼう汁/夏みかん 豆腐ドーナツ 牛乳	12 野菜クラッカー 牛乳 ごはん 魚のみそ焼き こんにゃくの炒め煮 まめなサラダ 麩のすまし汁 みかん(なつみ) あさりしぐれおにぎり お茶	13 かりかりいりこ 牛乳 ごはん 肉じゃが 揚げ出し豆腐 春キャベツの浅漬け えのきのみそ汁 りんご いちごのソフトクッキー 牛乳	14 煮豆 お茶 ごはん キャベツとじゃこの春巻き 筑前煮 春雨の酢の物 厚揚げのみそ汁 のりおにぎり 牛乳
17 みかん(なつみ) パスチャライズ牛乳 ごはん 揚げレバーのケチャップ和え はりはりなます スナッペンどうのおかか和え しめじのみそ汁 黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	18 弁当の日 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 じゃが芋のポン・デ・ケージョ 牛乳	19 大豆とごまのせんべい お茶 ごはん 豚肉と厚揚げの中華煮 ほうれん草のコーン和え 焼きパプリカ もやしのスープ 鶏そぼろおにぎり 牛乳	20 誕生会 煮昆布 牛乳 グリンピースごはん 鶏肉のから揚げ 野菜のみそドレッシング和え 粉ふき芋 あさり汁/りんご マジカルゼリー お茶	21 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん 魚のコーンマヨ和え ブロッコリーのおかか和え セロリのきんぴら ほうれん草のみそ汁 チキンライス 牛乳
24 麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 もやしのごま酢和え なめこ汁 じゃこおにぎり パスチャライズ牛乳	25 ブルーベリーヨーグルト お茶 ごはん さばのみそ煮 納豆和え アスパラの焼き浸し にらたま汁 夏みかん きな粉団子 牛乳	26 スナッペンどうのおかか和え 牛乳 ジャージャー麺 アスパラとじゃが芋の カレー焼き ブロッコリーの磯香和え 野菜スープ かわちばんかん ひじきとツナのおにぎり 牛乳	27 ココアクッキー お茶 ごはん 鮭のムニエル そら豆と新玉ねぎのサラダ 小松菜の和え物 キャベツのミルクスープ 黒糖蒸しパン 牛乳	28 黒ごませんべい お茶 三色どんぶり 和風サラダ いんげんのごま和え しじみのみそ汁 もちもちふきおにぎり 牛乳
31 かわちばんかん パスチャライズ牛乳 ごはん タンドリーチキン ひじきのマリネ ボイルブロッコリー ごぼうのクリームスープ 炒り玄米おにぎり パスチャライズ牛乳	<div data-bbox="479 1907 1787 2263" data-label="Complex-Block"> <p style="text-align: center;"> 今月の食育目標 食事のマナーを身につけよう </p> <p> 食事のマナーには、“挨拶・姿勢・箸の持ち方・食器を持つ”など大切な事がたくさんあります。食事のマナーが身につくように、クイズやポスターを使って分かりやすく伝えていこうと思います。 また、新しい環境になり、楽しい雰囲気の中で食事ができるようにし、日頃からマナーが意識できるように継続して、年齢にあった言葉かけをしていきます。 </p> </div>			



たけのこの皮むきをしたよ



きりん、ぞう組の子ども達にたけのこの皮むきのお手伝いをしてもらいました。「むいても、まだ皮があるよ。」「大きい〜!!」とたけのこの大きさにビックリしながら、とても上手に皮をむいていましたよ。

春にはたけのこやスナッペンどう、新たまねぎや春キャベツなど美味しい物がいっぱいあります。旬の食材には栄養価も高く、体調を整える働きもあります。ご家庭でもお子さんと一緒に旬の物を食べて季節を感じたり、野菜の皮むきのお手伝いなどを通して色々な食材に触れる機会を作ってみてくださいね。

