



5月の給食だよ!

5月の献立表



曜日/日	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月 26	みかん缶	ゆかり御飯 五月汁	ごぼうサラダ	牛乳 野菜キッシュ (12日)
火 27(祝)	お茶 ロアヌ	魚の竜田揚げ もやしのナムル	なめこの味噌汁	バナナ (13. 26日) 雪の宿せんべい
水 28	お茶 ぱりんこせんべい	切り昆布の炒め煮 トマトサラダ	(2. 28日)	ミルク ムーンライトソフトケーキ
木 29	牛乳 マリービスケット (15. 29日)	豆腐と豚肉の味噌炒め かみかみサラダ	(15. 29日)	フルーツヨーグルト和え (15. 29日)
金 30	バナナ (16. 30日)	魚のチーズピカタ 盛り合わせサラダ 春キャベツのスープ	(16. 30日)	ミルク カール (16. 30日)
土 31	お茶 サッポロポテト	焼きうどん ぶどうジュース		牛乳 パン
月 19	お茶 (2. 19日) キャラメルコーン	ゴマ汁 バンサンスー		ミルク (2. 19日) チョコバナナマフィン
火 20	牛乳 白い風船 (1. 20日)	ホイコーロー ブロッコリーとトマトの黒ごまサラダ	(1. 20日)	りんご (1. 20日) 星たべよせんべい
水 21	お茶 アスパラガスビスケット	筑前煮 キャロットサラダ		お茶 かしわ餅
木 22	バナナ	ポークカレー 小松菜のサラダ風おひたし		牛乳 洋風お好み焼き
金 23	牛乳 ビスコ	魚の野菜あんかけ じゃが芋の味噌汁		オレンジ ハッピーターン
土 24	オレンジゼリー	ちゃんぽん りんご		牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。

お誕生会のメニュー

5月27日(火)

新ごぼうの炊き込みご飯

ワインナーソーテー

インディアンサラダ

かきたま汁

プリンアラモード

未満児: 397kcal

以上児: 497kcal

バイキングのメニュー

5月14日(水)

食パン

こいのぼりハンバーグ

グリーンサラダ

そら豆のスープ

未満児: 357kcal

以上児: 448kcal

お弁当の日

5月7日(水)



朝ごはんでは生活リズムを整える

青葉が輝き、外遊びが心地よい季節です。入園・進級から1カ月が経ち、ようやく新しい環境に慣れてきた子どもたち。連休明けには疲れが出てくることもあります。ゆったりと給食を楽しめるように、食事の環境づくりに配慮していきたいと思います。

健全な生活習慣の基礎をつくる大切な幼児期。生活リズムが乱れると食事時間にズレが生じやすく、食欲にも影響がでます。たとえば、夜更かしすると朝ごはんの欠食につながります。成長に必要な栄養摂取が大切な幼児期こそ、朝ごはんを食べる習慣をつけておきたいですね。



令和7年5月1日
とほく認定こども園・分園

お誕生日おめでとう



そして翌日。そのタケノコはご飯や汁物になって皆で頂きました。おいしくあってあっという間に食べてしまいました。



分園のお友達も小さくしたタケノコを味わいます。いろんなものをいっぱい食べて、大きく成長してください。



朝ご飯をちゃんと食べないと体を動かす力が出ない事、バランスよく食べることの大切さを話し、お箸の持ち方も説明しました。



年長組は、「よく噛んで食べよう」をテーマに、ビニール袋を使い胃の中の様子を再現して、よく噛むことの大切さを話しました。