



ぽかぽかと暖かい日が続き、外遊びにはぴったりの季節になりました。多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しづつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。新学期からの緊張が緩むこの時期は、怪我をしたり、体調を崩しやすい時期でもあります。また、今は新型コロナウィルス感染症拡大防止の為、不要不急の外出は控えて自宅で過ごすように心がけましょう。規則正しい生活と、栄養・睡眠をたっぷり摂って心と体力を養ってください。

休み明けは、元気な笑顔で登園してくるお友だちを待っています。

こともの日

5月5日はこどもの日です。
「子どもの人格を重んじ、子どもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」という趣旨で国民の祝日となっています。こいのぼりを揚げたり人形を飾ったりして子どもたちが大きくなつたことを祝い、これから健やかな成長を願います。かしわものは子孫繁栄、ちまきは悪いものから守ってくれるなど、ひとつひとつに意味があることを知り、季節の行事を大切にしていきたいです。

作ってみよう！

にんじんポタージュ♡（大人2人、子ども2人分）

にんじん…1本
玉ねぎ…1/2個
絹豆腐…300g
水…400g
塩…少々
コンソメ…固形2個
バター…大さじ1
生クリーム…適量

- ①にんじんはいちょう切り、玉ねぎは薄切りにする。
 - ②鍋にバターと玉ねぎを入れ弱火でじっくり炒める。水、にんじんを加えふたをして中火で10~15分ほど、具材が柔らかくなるまで煮る。
 - ③豆腐・塩・②をミキサーにかけ、なめらかにする。再び鍋に戻し、温めて器によそう。
 - ④生クリームでハートや笑顔マークを描くと見た目も楽しく食べれます。
- ※夏場は冷製にしてもおいしいです。



- ♪5月1日(金)年長児:食育「芋の苗植え」
- ♪5月8日(金)行事食 こいのぼりハンバーグ
大きなこいのぼりハンバーグをクラスで取り分けていただきます。
- ♪5月26日(火)愛情弁当の日
たんぽぽ以上児は、お弁当・水筒を持参ください。
ちゅうりっぷ組のみ給食です。



日付	献立名	材料名			(◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)	おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 (金)	ごはん・みそ汁 豚のしゃぶしゃぶ風あえ物 麦茶	米、○食パン、オリーブ油、 ○油、○砂糖、砂糖	豚肉、木綿豆腐、○脱脂粉 乳、みそ、○きな粉、○牛 乳	キャベツ、なめこ、きゅうり、 にんじん、ねぎ、レモン果 汁、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○揚げパンきなこステイン ク	
2 (土)	ミートスパゲティー コンソメスープ ツナサラダ りんご・麦茶	スパゲティー、マヨネーズ、オ リーブ油、砂糖、すりごま	牛ひき肉、○脱脂粉乳、ツ ナ缶、粉チーズ、○牛乳	りんご、トマトピューレ、たまね ぎ、ブロッコリー、トマト、きゅう り、えだまめ、にんじん、コー ン、セロリー、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ●黒糖かりんとう	
7 (木)	しらすと豆のごはん みそ汁 鶏肉と野菜の揚げ煮 麦茶	米、○ホットケーキ粉、○砂 糖、油、片栗粉、砂糖	鶏肉、だいす、○脱脂粉 乳、○牛乳、○無塩バ ター、みそ、しらす干し、煮 干し、○牛乳	かばちゃ、にんじん、○に んじん、たけのこ、グリン ピース、こんぶ、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○にんじんケーキ	
8 (金)	ごはん・根菜スープ こいのぼりハンバーグ ブロッコリー和えもの 麦茶	米、○ホットケーキ粉、じゃ がいも、○砂糖、パン粉、 油、砂糖	○牛乳、○ヨーグルト、豚 ひき肉、牛ひき肉、○卵、 牛乳、ハム、○無塩バ ター、かつお節、○牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、に んじん、たまねぎ、コーン	◎牛乳 ○牛乳 ○ヨーグルトケーキ	
9 (土)	(小)青菜おにぎり 若竹うどん えびと玉ねぎのかき揚げ 麦茶	ゆでうどん、米、小麦粉、油	バナメイエビ、○脱脂粉 乳、かにかまぼこ、卵、かつ お節、○牛乳	たまねぎ、たけのこ、にんじ ん、しそ、葉ねぎ、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ●パウムクーヘン	
11 (月)	親子丼 きゅうりの酢の物 オレンジ 麦茶	米、○ホットケーキ粉、○砂 糖、○油、砂糖、○黒ごま	鶏肉、卵、○木綿豆腐、○ 脱脂粉乳、しらす干し、か つお節、○牛乳	オレンジ、たまねぎ、きゅう り、にんじん、糸みつば、わ かめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○黒ゴマドーナツ	
12 (火)	ごはん・みそ汁 焼肉炒め かぼちゃの甘煮 麦茶	米、油、砂糖	豚肉、木綿豆腐、○脱脂粉 乳、みそ、煮干し、○牛乳	かぼちゃ、キャベツ、だいこ ん、たまねぎ、エリンギ、赤 ピーマン、ピーマン、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ●クリームパン	

裏面へ続く

日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
13 (水)	ミルクパン ミネストローネ 鶏肉のカレー焼き 三色サラダ・牛乳	ミルクパン、○米、じゃがいも、和風ドレッシング、オリーブ油、はちみつ	牛乳、鶏肉、○さけ、ウインナー、◎牛乳	ブロッコリー、トマトピューレ、にんじん、キャベツ、トマト、たまねぎ、コーン、セロリー、にんにく、○味付けのり	◎牛乳 ○麦茶 ○鮭おにぎり
14 (木)	ごはん・かに豆腐汁 カレイのねぎソース にんじんしりしり 麦茶	米、油、片栗粉、小麦粉、砂糖、ごま油、ごま	かれい、絹ごし豆腐、ツナ缶、○脱脂粉乳、かにかまぼこ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、ねぎ、○いちごジャム、こまつな、いんげん、葉ねぎ、みつば、しょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○グラッカーサンド
15 (金)	ごはん・肉じゃが キャベツのゆかりあえ パイン&チエリー 麦茶	じゃがいも、米、しらたき、○砂糖、砂糖、油	豚肉、○だいす、○脱脂粉乳、牛肉、○きな粉、かつお節、◎牛乳	パイン缶、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、さくらんぼ缶、いんげん	◎牛乳 ○ミルクココア ○きなこ豆
16 (土)	鶏南蛮うどん 大豆とひじきのサラダ りんご・麦茶	ゆでうどん、ごま油	鶏肉、だいす、○脱脂粉乳、油揚げ、◎牛乳	りんご、しめじ、ねぎ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ひじき	◎牛乳 ○ミルクココア ●キングドーナツ
18 (月)	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 五色和え 麦茶	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、砂糖、○油	鶏肉、○調製豆乳、○ゆであずき缶、○脱脂粉乳、かつお節、◎牛乳	にんじん、たけのこ、こまつな、もやし、コーン、いんげん、塩こんぶ、干しこいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ○あずき蒸しパン
19 (火)	ごはん・野菜スープ ぶりの照り焼き コロコロサラダ 麦茶	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	ぶり、○脱脂粉乳、ベーコン、◎牛乳	えだまめ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、コーン、レモン果汁	◎牛乳 ○ミルクココア ●レモンケーキ
20 (水)	コッペパン 和風コンソメスープ 鶏肉のパン粉焼き ゆで野菜・牛乳	コッペパン、○米、じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、○ごま	牛乳、鶏肉、ベーコン、○みそ、かつお節、粉チーズ、◎牛乳	ブロッコリー、はくさい、ミニトマト、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にんにく	◎牛乳 ○麦茶 ○五平餅
21 (木)	ごはん・みそ汁 豚肉のしょうが焼き きのこのバターソテー 麦茶	米、○ホットケーキ粉、○油、油、○小麦粉	豚肉、○魚肉ソーセージ、○脱脂粉乳、みそ、○卵、○牛乳、バター、煮干し、◎牛乳	ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、しいたけ、エリンギ、葉ねぎ、しょうが、にんにく	◎牛乳 ○ミルクココア ○ミニアメリカンドッグ
22 (金)	ごはん・みそ汁 レバーの胡麻ソース ポテトサラダ 麦茶	米、じゃがいも、○砂糖、片栗粉、マヨネーズ、油、ごま、○小麦粉、砂糖	○牛乳、豚レバー、○クリームチーズ、しばえび、○脱脂粉乳、○生クリーム、○卵、みそ、牛乳	もやし、ブロッコリー、こまつな、にんじん、黄ピーマン、葉ねぎ、○レモン果汁、じょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○チーズケーキ
23 (土)	鮭のクリームパスタ キャベツのスープ オレンジ 麦茶	スペグティ、オリーブ油、小麦粉	○牛乳、牛乳、さけ、調製豆乳、無塩バター、◎牛乳	オレンジ、たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ、しめじ、えのきたけ、にんじん	◎牛乳 ○牛乳 ●ロールケーキ
25 (月)	ごはん・みそ汁 豚肉のソテー 白菜ときざみのり和え 麦茶	米、○ロールパン、○油、ごま油、砂糖、○砂糖	○牛乳、豚肉、○脱脂粉乳、みそ、しらず干し、煮干し	はくさい、たまねぎ、かぼちゃ、しめじ、ピーマン、にんじん、しいたけ、ねぎ、焼きのり	◎牛乳 ○ミルクココア ○ココア揚げパン
26 (火)	※たんぽぽ以上児お弁当・水筒 ごはん・みそ汁 厚揚げのそぼろ煮 はるさめサラダ・麦茶	米、じゃがいも、はるさめ、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、○脱脂粉乳、みそ、煮干し	たまねぎ、きゅうり、にんじん、黄ピーマン、こまつな、グリンピース、葉ねぎ	◎牛乳 ○ミルクココア ●ミニワッフル
27 (水)	米粉パン ビーフシチュー 花野菜サラダ バナナ・牛乳	米粉パン、じゃがいも、○米、マヨネーズ、オリーブ油	○牛乳、牛乳、牛肉、ツナ油漬缶	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、黄ピーマン、カリフラワー、ミニトマト、グリンピース	◎牛乳 ○麦茶 ○わかめおにぎり
28 (木)	ごはん・みそ汁 和風ミートローフ キャベツのゆかりあえ 麦茶	米、パン粉、油	○牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、○つぶあん、○脱脂粉乳、牛乳、みそ、卵、煮干し	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、ひじき、わかめ	◎牛乳 ○ミルクココア ○もっちりどら焼き
29 (金)	♡4月・5月お誕生日(園児のみ) オムライス風・魚の甘辛揚げ スペグティー・オレンジ 塩ゆで枝豆・お楽しみケーキ 麦茶	米、スペグティー、油、片栗粉、砂糖、オリーブ油	○牛乳、かれい、○脱脂粉乳、鶏肉、ベーコン、バター	オレンジ、えだまめ、ブロッコリー、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、にんにく、じょうが	◎牛乳 ○ミルクココア ○マシュマロサンド
30 (土)	ごはん・そうめん汁 煮しめ バナナ 麦茶	米、ゆでそうめん、○メロン	鶏肉、生揚げ、○脱脂粉乳、かつお節、◎牛乳	バナナ、だいこん、にんじん、しめじ、葉ねぎ、こんぶ、いんげん、干しこいたけ	◎牛乳 ○ミルクココア ●メロン蒸しケーキ

※仕入れ等の都合により食材料や献立を変更させていただくことがあります。尚、旬の食材を積極的に使用しておりますので同じ食材の献立が続くことがあります。ご理解のうえ、ご了承ください。

※午前のおやつは、ちゅうりつぱ・たんぽぽ組のお友だちが対象で牛乳とせんべい等市販のおやつになります。午後のおやつ及び土曜日の給食は、2号・3号のお友だちが対象となります。

※午後のおやつの●は市販のおやつになります。