

# 給食だより

# 5月の献立



2021



3月の行事食は、前年度のはな組さんのリクエストメニューでした。  
 Xメニューは、ミルクサンド・焼きそば・コーンスープ・みかん缶・フライドポテト(おかわ)でした。今回は意見がすごく分かれていたのでも期待に答えなかったお友だちも多く申し言えない気持ちでしたが、どれも人気のあるメニューだったのでみんなおいしそうに食べていました😊



園では、月に1回お弁当の日(主に土曜日)を言及しています。今回はお弁当作りについて少しお話しします🍱

## お弁当作りのポイント

- ・つめる量は作りかき入れに、食べきる量にする。
- ・ご飯、主菜、副菜の割合を同じくらいにする。(そろそろ栄養のバランスもよくなります)

## 食中毒を予防するポイント

- ・よく冷ましてから、火をきかす。
- ・火をきかしたご飯を冷ましてつめる。
- ・おかずは少し濃いめにしっかり火を通す。



## 火田のわさい

← じやがいもはすくすと大きくなっています😊

たまねぎは少し小さいような気がします…  
 大きくなりますように!!



## 食育の日

4月の食育の日は、末満見さんは「うなぎの種まき」、以上見さんは「にんじんの種まき」をしました。どちらも小さい種でしたが、みんな落とさないように慎重に種まきをしていました。

「大きくなってね!」と声をかけたので、きっと大きくなってくれるはず!!

また成長の様子はお知らせします。



月	火	水	木	金	土
厚揚げ入り ひじきの三杯炒め ポロポロサラダ しらす みかん缶 31日					お弁当の日🍱 1日
ココアもち					
3日	4日	5日	6日	7日	8日
			かしらもち🍡	ひじきおにぎり🍱	
千金カレー 七匹昆布の 当座煮 トマト 10日	火のり豆腐の 肉みそソースかけ 七匹昆布の和え物 コンソメスープ みかん缶 11日	魚の甘酢あんかけ 厚揚げとこんにゃくの 火のり炒め おかめスープ りんご 12日	火のり豆腐 かぼちゃのチーズ焼き 里野菜カレー トマト 13日	バーニ ミートローフ コンソメ すまし汁 パン缶 14日	里野菜ラーメン ゆで卵 もも缶 15日
黒糖 ちんすこう	しょうゆ味噌 16日	かぼちゃおひたし	ブルーベリーヨーグルト	じやがいバター	じやがいケーキ🍰
高野豆腐の ひやひや 青梗菜のオムレツ ししやも トマト 17日	魚の香草パン粉焼 里野菜のたばね和え みそ汁 バナナ 18日	豚肉のフリフリ 昆布と筒の煮物 スタンプエンドウカレー みかん缶 19日	ミネストローネ 小松菜ときこの 煮込み ちりめん もも缶 20日	魚のつみれ焼 新内豆とすまじの 和え物 みそ汁 パン缶 21日	肉うどん バナナ 22日
チーズまんじゅう	カルピス杏仁	カルピス トースト🍞	人参マフィン🍰	小豆7upキー	きなこおひたし
チーズ入り豆腐焼 三ツ葉の金平 おかめスープ トマト 24日	じやがいも入り 麻婆豆腐 三色ピーマンの おかめ和え 人参甘煮 りんご 25日	魚の照り焼き 焼きそば すまし汁 煮豆 みかん缶 26日	西洋豚 小松菜の 山吹和え物 バナナ 27日	お昼延生日会★	和風スパゲッティ ゆで卵 もも缶 29日
おかめとちりめん おかせ	米のヨーグルト ケーキ🍰	チーズポテト	中華おにぎり		コーンフレーク

🌟15時のおやつに牛乳がつきます。

🌟アレルギー食はメニューが少し異なります。

🌟食材の納入状況により異なるメニューを提供することがありますので予めご了承ください。