



# 給食だより

# 5月号

2024年度 すみれ保育園

木々の若葉が目まぶしい季節となり、風薫る5月となりました。新年度がスタートして1か月、新しい生活に慣れてきたことと思います。この時期は、体調を崩しやすい季節です。体調管理に気をつけていきましょう。



### めだかぐみ 田中先生より

#### 今月の先生おすすめメニュー

5月の先生おすすめメニューは、「かぼちゃのカレーシチュー・もやしとハムのサラダ」です。“心も身体もほっこり温まるおいしいシチューに、カレーが加わることで子どもたちにも最強の人気メニューです。”“中華味のもやしとハムのサラダは味付けがさっぱりしていて、おいしいのでいくらでも食べられます。”

17日に提供します。お楽しみに。



今年度になり、新しいクラスでの生活がスタートしました。給食の様子を覗きにクラスへ行くと、「おやさいたべたよ」「おいしい」と言いながら楽しそうに食べる子どもたちの姿がありました。進級し、おにいさん、おねえさんになりご飯やおかずの量なども増えている中でも苦手なものも頑張って食べようとしている姿を見て、子どもたちの成長が感じられました。今年度も給食の時間が楽しいと感じてもらえるように、そして食に対して興味を持ってもらえるような給食提供・食育活動を行っていききたいと思います。



5月5日こどもの日です。端午の節句の食べ物には、ちまきやかしわもちがあります。ちまきを食べるのは中国由来の風習ですが、かしわもちが日本独自の風習です。かしわは縁起物で、新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「家系が絶えない」と言われています。また、葉の強い香りが邪気を払うとされています。

保育園ではこどもの日お祝いメニューとして5月1日に「こいのぼりごはん」を提供します。



### 5月の行事予定

- 1日：こどもの日のお祝い
- 8・15・22・29日：カムカムデー
- 17日：先生おすすめメニュー
- 31日：誕生お祝いメニュー

		5月献立表				
		1(水)こどもの日お祝い	2(木)	3(金)	4(土)	
午前		牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	憲法記念日	みどりの日	
昼食		こいのぼりごはん 春キャベツの昆布サラダ たけのこのすまし汁	ご飯 さばの塩焼き 白菜と小松菜のおひたし きゅうりの土佐和え キャベツの味噌汁			
午後		牛乳、きなこケーキ	牛乳、果物、せんべい			
6(月)		7(火)	8(水)カムカムデー	9(木)	10(金)	11(土)
午前	振替休日	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食		ご飯 豆腐と豚肉のオイスターソース炒め 白菜とツナの酢和え にらスープ	かやくうどん れんこんとひじきのサラダ	ご飯 さわらのごまみそ焼き 小松菜ともやしの和え物 さつまいものおかか和え たまねぎのすまし汁	ロールパン ゆかりチーズつくね キャベツとアスパラのサラダ きゅうりのピクルス じゃがいものスープ	豚肉と白菜のあんかけ丼 きゅうりスティック 豆腐の味噌汁
午後		ヨーグルト、せんべい	牛乳、塩キャラメルトースト	牛乳、果物、せんべい	牛乳 にんじんとしらすのおにぎり	せんべい、果物
13(月)		14(火)	15(水)カムカムデー	16(木)	17(金)先生おすすめメニュー	18(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	チキンカレー キャベツとブロッコリーのサラダ ヨーグルト	ご飯 豚肉とピーマンの春雨炒め ちくわと大根のサラダ もやしの味噌汁	豆乳みそラーメン ごぼうの黒ごまサラダ 新じゃがバター	ご飯 さばの塩焼き 白菜と小松菜のおひたし きゅうりの土佐和え キャベツの味噌汁	食パン ジャム(2~5歳) ★かぼちゃのカレーシチュー ★もやしとハムのサラダ	五日混ぜご飯 にんじんスティック 大根の味噌汁
午後	牛乳、のり塩豆腐蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	牛乳、大豆チャーハン	牛乳、果物、せんべい	牛乳、梅おかかおにぎり	フルーツゼリー、せんべい
20(月)		21(火)	22(水)カムカムデー	23(木)	24(金)	25(土)
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	せんべい
昼食	鶏とごぼうの炊き込みご飯 もやしの酢の物 ゆでそば 切干大根の味噌汁	ご飯 豆腐と豚肉のオイスターソース炒め 白菜とツナの酢和え にらスープ	かやくうどん れんこんとひじきのサラダ	ご飯 さわらのごまみそ焼き 小松菜ともやしの和え物 さつまいものおかか和え たまねぎのすまし汁	ロールパン ゆかりチーズつくね キャベツとアスパラのサラダ きゅうりのピクルス じゃがいものスープ	豚肉と白菜のあんかけ丼 きゅうりスティック 豆腐の味噌汁
午後	牛乳、ごま麩ラスク	ヨーグルト、せんべい	牛乳、塩キャラメルトースト	牛乳、果物、せんべい	牛乳 にんじんとしらすのおにぎり	せんべい、果物
27(月)		28(火)	29(水)カムカムデー	30(木)	31(金)誕生お祝いメニュー	
午前	牛乳、せんべい	牛乳、じゃがいもスティック	牛乳、ふかし芋	牛乳、クラッカー	牛乳、ビスケット	
昼食	チキンカレー キャベツとブロッコリーのサラダ ヨーグルト	ご飯 豚肉とピーマンの春雨炒め ちくわと大根のサラダ もやしの味噌汁	豆乳みそラーメン ごぼうの黒ごまサラダ 新じゃがバター	ご飯 鮭の甘酢あんかけ ほうれん草のり和え さつまいもの味噌汁	ロールパン トマトチーズチキン ポテトサラダ 大根のピクルス マカロニスープ	
午後	牛乳、のり塩豆腐蒸しパン	ヨーグルト、せんべい	牛乳、大豆チャーハン	牛乳、果物、せんべい	りんごジュース アイスボックスクッキー	

※果物は旬の物を使用しています。(清見オレンジ、デコボン、夏みかん、甘夏、りんご)  
※ジャムは2~5歳児に提供します。  
※すみれ保育園では2週間のサイクルメニューを実施し、苦手な食材にも挑戦できるよう工夫をしています。