



月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
豚挽肉と春雨の中華炒め 粟米湯 いりこ 十六穀米(わかめ) 《3時のおやつ》 小倉入り蒸しパン・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	魚の味噌煮 五色きんぴら 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 ぶどうパン・ミルク <10時のおやつ> 黒棒・牛乳	  憲法記念日 	みどりの日  	  こどもの日 	豚肉と納豆の卵とじ丼 若布スープ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 オレオ・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳
8	9	10	11	12	13
厚揚げのそぼろあんかけ 干草和え 果物【セレクト】 十六穀米 《3時のおやつ》 紅茶の蒸しケーキ・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳	パスタ入りオムレツ ポトフ風スープ いりこ 十六穀米 《3時のおやつ》 ヨーグルト・シスコーン・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	南瓜のクリームシチュー ひじきのサラダ 果物 十六穀米(ゆかり) 《3時のおやつ》 豆腐のマドレーヌ・ミルク <10時のおやつ> ビスケット・牛乳	魚の野菜あんかけ 中華スープ 果物 十六穀米(のり佃煮) 《3時のおやつ》 シュガートースト・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	お弁当の日 《3時のおやつ》 ビスコ・野菜ジュース <10時のおやつ> 果物・牛乳	肉味噌スパゲティ はんぺんと水菜のかき玉汁 果物 《3時のおやつ》 せんべい・牛乳 <10時のおやつ> ウエハース・牛乳
15	16	17	18	19	20
ココット蒸し 野菜入りチキンスープ ヤクルト 十六穀米(ごま塩) 《3時のおやつ》 オレンジマフィン・ミルク <10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶	豆腐の中華煮 もやしのゴマ酢和え 果物 十六穀米(しらす) 《3時のおやつ》 ツナドッグ・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	魚の照り焼き 豚汁風ゴマ味噌スープ ミニトマト 十六穀米 《3時のおやつ》 フルーツ寒天・牛乳 <10時のおやつ> かりんとう・牛乳	大豆の五目煮 和風和え物 いりこ 十六穀米 《3時のおやつ》 丸ぼうろ・チーズ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	竹輪の磯辺揚げ チゲ風味噌汁 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 中華ちまき・牛乳 <10時のおやつ> クラッカー・牛乳	豚肉と切り干し大根の煮つけ むらくも汁 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 ハーベスト・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳
22	23	24	25	26	27
魚のサワーソース焼き 南瓜とベーコンのスープ コーンバター 十六穀米 《3時のおやつ》 ゼリー・ミニサラダ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	ボークカレー スパゲティサラダ 果物 十六穀米 《3時のおやつ》 ごまクッキー・牛乳 <10時のおやつ> チーズ・牛乳	納豆入り厚焼き卵 五色野菜スープ 果物【セレクト】 十六穀米(ゆかり) 《3時のおやつ》 レーズン入り蒸しパン・ミルク <10時のおやつ> ビスケット・牛乳	豆腐のコロコロ煮 野菜の味噌和え いりこ 十六穀米(わかめ) 《3時のおやつ》 黄粉カステラ・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	かみかみおこわ 鶏肉の香味焼き 若竹汁 アスパラソテー 《3時のおやつ》 リングドーナツ・ジョア <10時のおやつ> シスコーン・牛乳	チャンボン ホットポテトサラダ 果物 《3時のおやつ》 ココナッツサブシ・牛乳 <10時のおやつ> エイセイボーロ・牛乳
29	30	31	5月の予定☆  26日(金) お誕生会 《セレクトメニュー》 8日(月)・24日(水) 		
茄子と豚肉の味噌炒め 豆腐とチンゲン菜のスープ 果物 十六穀米(かつお節) 《3時のおやつ》 揚げごぼう・牛乳 <10時のおやつ> 黒棒・牛乳	キャバツの卵焼き きのこのカレーコンソメ いりこ 十六穀米(ごま塩) 《3時のおやつ》 ピーチゼリー・牛乳 <10時のおやつ> 果物・牛乳	チキンビーンズ ゴママヨサラダ ヤクルト 十六穀米 《3時のおやつ》 フルーツ・牛乳 <10時のおやつ> ウエハース・ヤクルト・お茶			

ソラマメおいしいね

これから初夏に向けてのみ出回る旬のソラマメ。さやむきのお手伝いをしてもらいました。絵本『ソラマメくんのベッド』を読んだ後にさやむきスタート。さやから豆を取り出すのに格闘する子どもたち。割ってみるとさやの中は「くものようにふわふわでわたのようにやわらか」で、感動モノです。かき揚げとなって、みんなのお腹におさまったソラマメ。少しくせはありますが、亜鉛とビタミンB2に富んだ5月の味覚です。

いただきます

ごちそうさま

「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。