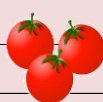
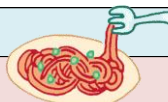
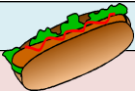


さゆうしょくたより

日曜	献立	主食	おやつ	
1 木	ひじきの炒り煮, シューマイ, 納豆, みそ汁	ごはん	焼じゃが	牛乳
2 金	鶏肉の中華風ちまき, 拌三絲, ミニトマト, みそ汁	ごはん	かしわ餅 す：りんご	牛乳
3 土				
4 日	   			
5 月				
6 火				
7 水	鶏肉の五目大豆煮, みそ汁, オレンジ	ごはん	黒みつきな粉ホットケーキ	牛乳
8 木	高野豆腐のそぼろ丼, おかか和え, みそ汁	ごはん	ジャムサンド	カルピス
9 金	カレーライス, キャベツとコーンのサラダ, ひとくちゼリー	ごはん	うどん	お茶
10 土	肉じゃが, みそ汁, オレンジ	ごはん		
11 日				
12 月	グラタン, キャベツのスープ, ゆかりごはん, オレンジ	ごはん	クリームスティック	牛乳
13 火	麻婆茄子丼, 磯香サラダ, スープ	ごはん	スパゲッティ	牛乳
14 水	お弁当の日		スティックパン	果汁
15 木	鶏肉のクリーム煮, 大根とツナのサラダ, コッペパン	パン	おにぎり	お茶
16 金	ちくわのマヨネーズ焼き, ごま和え, 納豆, みそ汁	ごはん	ホットドッグ	牛乳
17 土	カレーうどん, バナナ	めん		
18 日				
19 月	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かきたま汁	ごはん	焼きそば	牛乳
20 火	鯖の香草焼き, 小松菜のサラダ, みそ汁, オレンジ	ごはん	うどん	お茶
21 水	ドライカレー, キャベツとパインのサラダ, スープ	ごはん	ふかし芋	牛乳
22 木	コロッケ, きゅうりと黒ごまのサラダ, 納豆, みそ汁	ごはん	ジャムサンド	カルピス
23 金	てりかけ, ポテトサラダ, みそ汁	ごはん	和プリン	お茶
24 土	ハヤシライス, オレンジ	ごはん		
25 日				
26 月	焼豚チャーハン, 切干大根とひじきのサラダ, スープ	ごはん	マスカルポーネパン	牛乳
27 火	豚肉のしょうが焼き, みそ汁, オレンジ	ごはん	うどん	お茶
28 水	肉みそスパゲッティ, みかんときゅうりのゴマ酢和え, スープ	めん	ジャムサンド	牛乳
29 木	ちらし寿司, ブロッコリーのじゃこ和え, すまし汁, ひとくちゼリー	ごはん	ホットケーキアイスのせ	牛乳
30 金	チンジャオロース, ミニトマト, みそ汁	ごはん	おにぎり	お茶
31 土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん		

ちよこっぴんぐ

入園・進級して1ヶ月が過ぎました。すっかり暑くなり、太陽の下でたくさん遊んだ子どもたちの額には、うっすらと汗がにじむ季節となりました。

5月に入ると長い休日が続く、体調を崩しやすくなります。そのため、食事の面でもこの時期にしっかりと身体づくりができるよう、もりもりと食べることができるメニューを多く取り入れています。

5月5日はこどもの日♪



こどもの日には、鯉のぼりを飾ったり、かしわ餅やちまきを食べてお祝いをします。鯉は、流れが速くて強い川でも元気に泳ぐことができるという点から、そのようにたくましく大きく成長できるように願いをこめるという意味合いをもっています。

かしわ餅の葉は新芽が育つまで冬の間も古い葉が落ちないことから、「子孫繁栄」につながるとされる縁起の良い植物です。