



食育目標 「おいしく食べる子」「楽しく食べる子」

5月の目標  
正しい食事のマナーを身につけよう

新年度がはじまって1ヶ月が経ちました!!新しい生活にも少しずつ慣れ、給食やおやつをお友達と楽しく食べられるようになってきました。一方、疲れも出てくる頃だと思えます。食事の栄養バランスに気を付け、体調を崩さないようにしましょう。

🍓🌸🍓🌸🍓 お箸やスプーンは正しく持っていますか? 🍓🌸🍓🌸🍓

おはしのもちかた スプーンのもちかた

- 1 えんぴつのように1ほんめをもつ
- 2 したに2ほんめのはしをいれる
- 3 うえのはしだけをうごかす

- 1 ばきゅーんのかたちにする
- 2 ひとさしゆびにスプーンをおく
- 3 おやゆびとひとさしゆびではさむ

正しい持ち方は、食べやすさや姿勢の安定にもつながります。日々の食事の中で、少しずつ意識していきましょう。

☆☆☆☆☆☆ クッキングでおにぎりを作りました。☆☆☆☆☆☆

4月のクッキングは、ひまわり・ばら組さんでおにぎり作りをしました。みんな楽しく握って、美味しく食べることができました!



🍓🍌🍎 おしらせ 🍌🍓🍌

5/27 (水) すりごま作り  
ひまわり・ばら組さん  
エプロンや三角巾の準備は必要ありません。

5月給食予定表

日	曜	献立	9時おやつ	3時おやつ
1	金	クリームシチュー・チョコレギサラダ・トマト・キウイ	棒チーズ	★呉豆腐の黒蜜かけ
2	土	きつねうどん・たぬきごはん・みかん缶	まんまるソフト せんべい	ココナッツサブレ
4	月	<b>みどりの日</b>		
5	火	 <b>こどもの日</b>		
6	水	<b>振替休日</b>		
7	木	<b>鶏肉の変わり焼き</b> ・マセドアンサラダ・キャベツのスープ・バナナ	ミレービスケット	★マーラカオ
8	金	鯖のトマト煮・カリカリ納豆・豆腐のお吸い物・オレンジ	鉄ウエハース	★メロンパンクッキー
9	土	もやしラーメン・チャーハン・黄桃缶	カルシウムせん べい	アンパンマンキャラメル コーン
11	月	プルコギチャプチェ・アスパラのサラダ・大根の味噌汁・キウイ	ソーセージ	★みかんヨーグルト
12	火	鶏肉のさっぱり煮・きゅうりの昆布和え・中華スープ・パイン缶	豆乳クッキー	★ココアおふラスク
13	水	鮭のちゃんちゃん焼き・ひじき納豆・けんちん汁・バナナ	いりこ	★フライドポテト
14	木	<b>ピラフ・エビフライ・玉子サラダ・ポトフ・黄桃缶</b>	ごぼうせんべい	焼きプリンタルト
15	金	ビビンバ風炒め・かぼちゃのおかか和え・白菜の味噌汁・キウイ	バナナ	コーンフレーク
16	土	ミートソーススパゲティ・ロールパン・みかん缶	カルシウムウエ ハース	サッポロバーベキュー
18	月	鯖の味噌煮・ごぼうサラダ・すまし汁・バナナ	まんまるソフト せんべい	★きな粉ドーナツ
19	火	チーズオムレツ・野菜炒め・春雨のスープ・パイン缶	ミレービスケット	★ストロベリーゼリー
20	水	竹輪の磯辺揚げ・グリーンサラダ・鶏ひき肉の味噌汁・オレンジ	ヨーグルト	★ちんすこう
21	木	八宝菜・花かつお和え・トマト・黄桃缶	鉄ウエハース	★しらすと梅のおにぎり
22	金	カレーのみりん焼き・豆腐納豆・ <b>和風野菜のお吸い物</b> ・キウイ	カルシウムせん べい	★フルーチェ
23	土	 <b>運動会(パン・ジュース)</b>		
25	月	ハンバーグ・南瓜サラダ・きのこの味噌汁・パイン缶	ソーセージ	プチボルガ
26	火	鮭のポテト焼き・人参しりしり・オニオンスープ・オレンジ	豆乳クッキー	★プリンアラモード
27	水	タンドリーチキン・盛り合せサラダ・お麩のお吸い物・黄桃缶	いりこ	★シリアルおこし
28	木	はんぺんコロッケ・高菜納豆・かき卵の味噌汁・キウイ	ごぼうせんべい	★ <b>オレンジパウンド ケーキ</b>
29	金	麻婆豆腐・マカロニサラダ・トマト・バナナ	棒チーズ	★あんバターサンド
30	土	肉うどん・わかめご飯・パイン缶	ミレービスケット	おにぎりせんべい

3時のおやつ飲み物は、スキムミルクです。

**誕生会**です。誕生会の日のご飯を園で提供しますのでご飯の準備は必要ありません。

**新メニュー**です。

**クッキング**です。

★は手作りおやつです。