



5月こんだてひょう (仁比山保育園)

R8. 5月

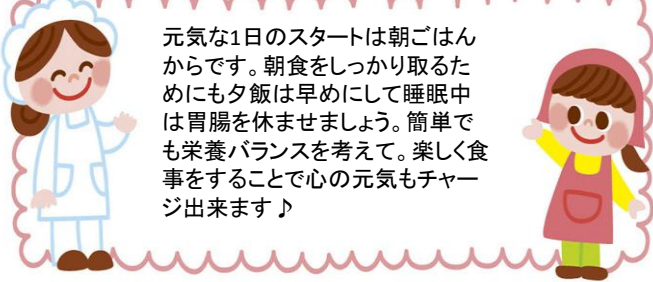
月 火 水 木 金 土

今月の予定

- 1日 こどもの日会食
- 14日 愛情弁当の日 (運動会リハーサル)
- 15日 お誕生会
- 23日 運動会
- 26日 クッキング (フルーツパフェ)



新年度になり1ヶ月が経ちました。こども達も少しずつ新しい環境にも慣れてきたと同時に疲れが出てくる時期でもあります。バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、元気に過ごせるよう体調管理に気を付けましょう。5月1日は子ども達の大好きなメニューを作り、こどもの日会食をみんなでいただきます (V)お楽しみ♪

元気な1日のスタートは朝ごはんからです。朝食をしっかり取るためにも夕飯は早めにして睡眠中は胃腸を休ませましょう。簡単でも栄養バランスを考えて、楽しく食事をする事で心の元気もチャージ出来ます♪

日	朝のおやつ	1	牛乳 紫芋せんべい	2	牛乳 ビスケット						
	副食 	チキンライス ハンバーグ ほうれん草磯部和え 南瓜グラタン	牛ゴボウ煮 イチゴ こどもの日デザート	焼きそば チーズ バナナ							
	未満児 主食 追加食	牛乳 鯉のぼりサンド🍷		ミルクプリン ビスケット							
	3時のおやつ	牛乳 白い風船	8	牛乳 マンナビスケット	9	牛乳 ビスケット					
4	みどりの日 	5	こどもの日 	6	振替休日 	7	ビーフカレー キャベツのゴマ和え ウインナー チーズ もも缶🍷 ご飯 スクランブルエッグ ヨーグルト ミレービスケット	8	魚のムニエル ポテトサラダ 厚揚げの炒めもの (以)海苔 オレンジ🍷 ご飯 青梗菜スープ 牛乳 チーズスティックパン	9	スパゲティー ミートソース チーズ バナナ 
11	牛乳 バナナ	12	牛乳 野菜せんべい	13	牛乳 パン	14	チーズ 	15	ヨーグルト	16	牛乳 ビスケット
松風焼き マカロニサラダ 南瓜煮 チーズ オレンジ🍷 ご飯 キャベツソテー	ふわふわスープ 魚の煮付け バナナ🍷 中華サラダ スナップエンドウソテー ご飯 さつまいも煮	ポテトグラタン 切干大根煮 ドレッシング和え ふりかけ オレンジ🍷 ご飯 卵焼き	愛情弁当の日	すりみ揚げ ほうれん草のナムル 春キャベツのスープ スパソテー ゼリー 炊き込みご飯	カレーライス チーズ オレンジ 	リンゴジュース 型抜きクッキー	牛乳 バナナカップケーキ	牛乳 チーズ蒸しパン			
18	牛乳 ミレービスケット	19	牛乳 紫芋せんべい	20	牛乳 ウエハース	21	ヨーグルト	22	牛乳 バナナ	23	運動会 
鶏のさっぱり煮 塩焼きそば ゴボウサラダ オレンジ🍷 ご飯 こふき芋 豆乳くずもち 芋花子	魚の揚げ煮 野菜の卵とじ 塩昆布サラダ バナナ🍷 ご飯 ウインナー	パンプキンシチュー コールスロー がんと煮 ゴマいりこ オレンジ🍷 ご飯 ほうれん草和え 牛乳 ピザトースト	牛肉と青梗菜の炒め物 切干大根とツナの和え物 プレーンオムレツ バナナ🍷 ご飯 煮魚 牛乳 ポテトフライ	野菜たっぷり味噌汁 鮭の塩焼き 春雨のゴマ酢和え チーズ オレンジ🍷 ご飯 南瓜煮 ミルクプリン ビスケット 🍷							
25	牛乳 えいせいボーロ	26	牛乳 パン	27	ヨーグルト	28	チーズ	29	牛乳 ゴマいりこ	30	牛乳 ビスケット
卵スープ 回鍋肉 昆布ポテト チーズ バナナ🍷 ご飯 中華胡瓜 牛乳 ヨーグルト蒸しパン	魚の塩焼き 南瓜サラダ 五目金平 納豆 オレンジ🍷 ご飯 きのこスープ フルーツパフェ	ラザニア キャベツの竹輪和え 厚揚げ煮 ゴマいりこ もも缶🍷 ご飯 南瓜和え 牛乳 コーンブレッド	魚のコーンマヨ焼き 五目煮 和風スパゲティー バナナ🍷 ご飯 焼肉 牛乳 じゃがチーズ餅	ローストチキン ひじきサラダ じゃが芋のカレー煮 チーズ オレンジ🍷 ご飯 味噌汁 お好み焼き	肉ごぼうどん チーズ バナナ 	牛乳 サンドイッチ					