

給食だより

2019年5月 あけぼのこども園



～食事のマナーを身につけよう～

園庭の桜の花もきれいに咲いて、気持ちの良い5月です。子どもたちは進級して一ヶ月。お昼になると、お友だちと楽しそうに給食を食べる姿が見られます。そんな子どもたちの食事環境が、より良いものになるために、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや、「食事中はひじをつかない」などの食事マナーを、しっかりと伝えていきたいと思ひます。



5月の献立		午前おやつ	午後おやつ
1	水	祝日・即位の日	
2	木	国民の休日	
3	金	祝日・憲法記念日	
4	土	祝日・みどりの日	
5	日	祝日・こどもの日	
6	月	振替休日	
7	火	さわらみそ焼き 厚揚げひき肉あんかけ トマトサラダ	お菓子
8	水	せんべい汁 肉しゅうまい かぼちゃサラダ しらすふ	ヨーグルト
9	木	行事食 こいのぼりバーグ ひとロスパゲティ つけ野菜	お菓子
10	金	肉野菜炒め れんこんサラダ つけ野菜	お菓子
11	土	肉団子スープ はんぺんフライ キャベツサラダ	フルーチェ
12	日	休日	
13	月	焼き魚(たら) ひじき煮 ほうれん草のササミ和え	フルーチェ
14	火	ユーリンチー 春雨シーチン炒め もやしサラダ	お菓子
15	水	白菜シチュー 白身魚のフライ ブロッコリーサ	フルーチェ
16	木	れんこん鶏つくね にんじんの子和え 小松菜サラダ	お菓子
17	金	いもっこ汁 五目春巻き もやしの和えもの チーズ納豆	ヨーグルト
18	土	骨ごとさんま煮 キャベツ炒め 水菜のササミ和え	お菓子
19	日	休日	
20	月	バラ焼き かぼちゃ甘煮 アスパラサラダ	お菓子
21	火	さばみそ煮 おから炒め ほうれん草ピーナッツ和え	ヨーグルト
22	水	親子煮 ししゃもフライ スパゲティサラダ	お菓子
23	木	ごぼうの肉巻き 大根とツナの炒め煮 小松菜なめたけ	フルーチェ
24	金	さつま汁 ギョーザ 中華春雨サラダ おかかふりかけ	お菓子
25	土	ビーンズカレー とんかつ コールスローサ	お菓子
26	日	休日	
27	月	ホイコーロー ごぼうサラダ つけ野菜	お菓子
28	火	さんまみりん焼き もやし炒め ブロッコリー梅おかか	ヨーグルト
29	水	ちくわ納豆 りいもそぼろ煮 ほうれん草のごま和え	フルーチェ
30	木	お誕生会 タケノコご飯 唐揚げ マカロニサラダ	...
31	金	いわし梅肉フライ 切干大根煮 水菜サラダ	お菓子

《こどもの日》のおはなし

Qなぜこどもの日にかしわもちを食べるの？

「柏の葉」は特別な葉で、新芽が出てから古い葉が落ちるといふ特徴があります。この特徴から、「家系が絶えない」「子孫繁栄」といふ考えに結びつき、縁起をかついで広まったといわれています。



手作りスキムミルクヨーグルト

給食では、「スキムミルク」を使ってヨーグルトを手作りしています☆
スキムミルクは子どもたちの成長と健康に大切な、良質なたんぱく質・鉄分・ビタミンB2などが多く含まれています。

脂肪分が少なく、栄養がたくさん！

	エネルギー	脂質	カルシウム
牛乳	138	6.8	227
スキムミルク	79	0.2	242

(飲み物として200cc相当)



水とスキムミルクを混ぜながら40℃まで温め、種菌となるヨーグルトを加えて、6時間発酵します！

できあがりはこちら！

みかんヨーグルト



行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。玄関に掲示してお知らせします。