



令和元年5月1日
社会福祉法人三心会 豊間根保育園



子どもの日のお祝い

5月5日の子どもの日は「端午の節句」として子どもの健やかな成長を祈願する行事とされています。柏餅が食べられるようになった由来として、柏の木の葉っぱは、新しい芽が出るまで古い葉っぱが落ちずについています。その様子から「後継ぎが絶えない」縁起担ぎとして食べられるようになったといわれています。7日には保育園でも、子どもの日にちなんだ給食を提供する予定です。



食事マナーのお約束

4月の食育集会では、食事マナーについてのお話をしました。食事前後の挨拶や正しい姿勢、食器や箸の持ち方等、「みんなで楽しく食事をするためのお約束」を確認しました。集中してお話を聞く姿がありました。

ご家庭でも話題にしながら始めてみましょう

ちくわの海女ちゃん揚げ（4人分）

ちくわ:1本 塩わかめ:1g 小麦粉:大さじ1 油:適量

- ①ちくわは8等分に切る。塩わかめは水で戻し細かく切る。
- ②小麦粉でドロを作り、塩わかめを入れる。
- ③②にちくわをくぐし、油で揚げる。

わかめは体の調子を
整えるミネラルが豊
富に含まれています



※28日(火)は誕生会ですので、ご飯はいりません。

※お箸、おしぼりセットは毎日きれいにしてお持ちください。

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食	全園児午後のおやつ	栄養価カロリー	
			全 園 児		未満児	以上児
1	水		即位の日			
2	木		国民の休日			
3	金		憲法記念日			
4	土		みどりの日			
5	日		こどもの日			
6	月		振替休日			
7	火	牛乳・おととつと	鯉のぼりハンバーグ・スパゲッティサラダ・トマト・野菜スープ・いちご	ミニジュース★鯉のぼりクッキー	558	598
8	水	牛乳・ウエハース	シュウマイ・中華サラダ・きゅうりの中華和え・厚揚げの味噌汁・オレンジ	牛乳・カスタードケーキ	492	529
9	木	牛乳・マリービスケット	カレーライス・チキンナゲット・コーンサラダ・野菜スープ・パイナップル	麦茶★しょうゆ団子	572	604
10	金	牛乳・とんがりコーン	鶏肉の甘辛煮・ポテトサラダ・ひじき煮・なめこ汁・グレープフルーツ	牛乳・ブリッツ	540	575
11	土	ヨーグルト	きつねうどん・牛乳・バナナ	親子遠足		
12	日					
13	月	麦茶・ぱりんこせんべい	エビとひじきのかき揚げ・鶏そぼろ・トマト・大根の味噌汁・グレープフルーツ	牛乳★ワッフル	539	646
14	火	牛乳・クラッカー	鶏肉のさっぱり焼き・五目大豆煮・ちくわのあまちゃん揚げ・キャベツの味噌汁・オレンジ	牛乳★ドーナツ	598	645
15	水	ジョア・クッキー	はんぺんフライ・大豆とウインナーのトマト煮・茹でブロッコリー・じゃが芋の味噌汁・バナナ	牛乳・パイ菓子	491	515
16	木	豆乳・ハーベスト	鮭のムニエル・春雨ソテー・ポイルウインナー・卵の味噌汁・キウイフルーツ	牛乳★アメリカンドッグ	552	626
17	金	牛乳・ブリッツ	コロケ・スパゲッティソテー・ハムサラダ・わかめスープ・オレンジ	ヨーグルト・ウエハース	503	526
18	土	ヨーグルト	親子丼・すまし汁・バナナ	麦茶・お菓子		
19	日					
20	月	牛乳・卵ボーロ	鮭の塩焼き・千切り野菜の炒め煮・茹でブロッコリー・豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・せんべい	473	492
21	火	麦茶・えびせん	サバの黄金焼き・シルバーサラダ・五目納豆・白菜の味噌汁・グレープフルーツ	麦茶★せんべい餅	470	567
22	水	牛乳・動物ビスケット	スコッチエッグ・小松菜のおかかマヨ・トマト・なめこの味噌汁・オレンジ	牛乳・ビスケット	525	551
23	木	牛乳・サッポロポテト	豚肉のごまだれ焼き・マカロニサラダ・枝豆・キャベツの味噌汁・バナナ	牛乳★カレーパン	586	631
24	金	豆乳・星たべよせんべい	鮭フライ・じゃが芋ソテー・ブロッコリーのおかか和え・コンソメスープ・パイナップル	★フルーツヨーグルト	462	487
25	土	ヨーグルト	ハヤシライス・牛乳・バナナ	麦茶・お菓子		
26	日					
27	月	豆乳・ぱりんこせんべい	ローストチキン・ブロッコリーと卵のサラダ・トマト・高野豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・チョコチップクッキー	472	526
28	火	ミニジュース・ビスコ	ミッフィーライス・チューリップの唐揚げ・エビフライ・グリーンサラダ・野菜スープ・フルーツ	★りんごゼリー	572	648
29	水	牛乳・サブレ	タラのカレー天ぷら・青菜の板かま和え・さつま芋の甘煮・なめこの味噌汁・オレンジ	牛乳★ストーンクッキー	555	591
30	木	牛乳・ブリッツ	エビグラタン・ゆかり和え・レンコンサラダ・白菜の味噌汁・キウイフルーツ	牛乳★きなこかりんとう	599	646
31	金	麦茶・おととつと	鶏肉の味噌漬け焼き・切干大根煮・枝豆・わかめの味噌汁・バナナ	牛乳・せんべい	425	514