

5月さくらが丘保育園献立カレンダー


	行事	主食	献立名		おやつ
1	水		ごはん 魚の和風ステーキ ひきないり ブロッコリーのおかか和え 新じゃがのみそ汁		カラフル蒸しパン 牛乳
2	木		カレー風味ごはんのミート ソースがけ ハワイアンサラダ 果物		ココアババロア シガーフライ
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		コッペパン 鶏肉の香草焼き かぼちゃのレーズン煮 海藻サラダ もずくスープ		中華おこわおにぎり
8	水		ごはん 魚の照り焼き 卵の花 ●切干しサラダ 麩のみそ汁		★ハニーチーズパン 牛乳
9	木		チャーハン 中華五目和え わかめスープ 果物		かしわもち 
10	金	健脚活動① 	お弁当の用意を お願いします 	 	●レモンラスク 牛乳
11	土		ちゃんぽん麺 果物		リングドーナツ 牛乳
12	日		振替休日		
13	月		ごはん すき焼き風煮物 ●ちくわのマヨネーズ焼き もやしの酢の物 きのこのみそ汁		おたのしみ 牛乳
14	火	夕食もりもりデー 1歳6か月児健康診査 	食パン ポークマリネード 人参の甘煮 ビーフンサラダ 新玉ねぎのスープ	 	ピースおにぎり
15	水	家族参観日、引き 渡し訓練 	ごはん 鯖の塩焼き 五目春雨 ●カミカミサラダ スナップエンドウのみそ汁	 	乾パン(非常食)
16	木	3歳児健康診査 	★ひじきそぼろ丼 もやしとささみの梅和え 具だくさんみそ汁 果物		新玉オニオンリング 牛乳
17	金	内科検診 	赤米ごはん 鶏ちゃん 高野豆腐の煮物 キャベツとじゃこの和え物 あさりのすまし汁		みかんゼリー シガーフライ


18	土			焼うどん 果物		カップケーキ 牛乳
19	日					
20	月	個別懇談～24日		ごはん 鶏肉の涼味漬け ひじきの煮物 キャベツのゆかり和え 花切大根のみそ汁		おたのしみ 牛乳
21	火			コッペパン ミートローフ アスパラガスのソテー ツナサラダ イタリアンスープ		海鮮塩焼きそば
22	水			ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 里芋の煮物 ブロッコリーとあみえびの和え物 豆腐のすまし汁		みそポテト 牛乳
23	木			蒜山おこわ ●キャベツの山くらげ和え かぼちゃのみそ汁 果物	 	米粉のレモンマフィン 牛乳
24	金	避難訓練 		麦ごはん 具だくさん厚焼き卵 ゆでそら豆 和風ポテトサラダ のりのみそ汁	 	★●揚げパン風きな粉 パン 牛乳
25	土			和風スパゲティ 果物		バタースティック 牛乳
26	日					
27	月			ごはん 肉じゃが 人参しりしり えのき納豆 わかめのみそ汁		おたのしみ 牛乳
28	火	乳児健康診査 		食パン 鶏肉のレモンハーブ焼き かぼちゃのソテー グリーンサラダ 豆乳シチュー		ライスピザ
29	水	幼保交流会  2歳6か月児歯科健診		ごはん 魚の西京焼き ●きんぴらこんにやく 青菜の磯和え かみなり汁		みたらし団子
30	木	誕生会		こいのぼりちらし寿司 鶏肉のごまだれ焼き すまし汁(手まり麩) メロン		カラフルゼリー
31	金	育児相談  		雑穀ごはん 麻婆豆腐 ●レバーかりんとう きゅうりの酢の物 のっぺい汁		豆腐カステラ 牛乳


3上主食弁当 

パンの日 

旬の食材(下線) 

かみかみメニュー(●) 

夕食もりもりデー 

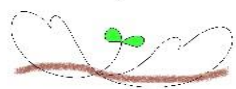
布団持ち帰り日 

赤磐市保健行事 

新メニュー ★

*食材などの都合により献立を変更することがあります

新つき・ほし・そら組
月・水は主食弁当持参
お願いします。



正しい配膳位置を知っていますか？



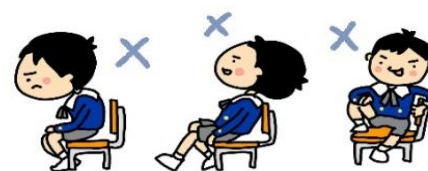
ごはんやパンの**主食**は左手前
汁物は右手前
園ではおかずを1枚のお皿に配膳しているので肉や魚などの**主菜**が皿の手前側に来ます。**副菜**は主菜の奥側にきます。

なぜ？このような置き方かという
日本の伝統礼法である「左上位（左上右下）」という考え方が関係しているそうです。日本人にとって白米はとても重要な食べ物であったため、主食であるご飯を左側に置くようになり、茶碗と対になる汁椀を右側に置くようになったそうです。

～法人で実施している食事マナー～

- 食べる前にきちんと手を洗う
- 「いただきます」と「ごちそうさまでした」のあいさつをする
- 良い姿勢で食べる（ぐーぴたぴん）
- お皿がピカピカになるように食べる

子どもたち自身が意識できるように、毎日声掛けすることを心掛けています。
ご家庭でも、意識して取り組んでみてください。



4月給食の様子



何個
あるかな？



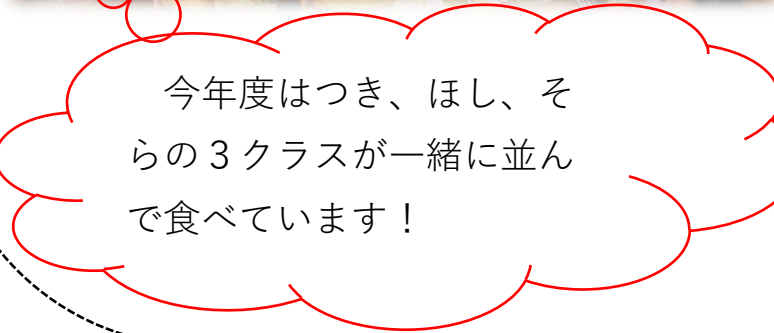
スジとれたよ～



こうやって
やるんだよ



みんなで
いただきます！



今年度はつき、ほし、そ
らの3クラスと一緒に並ん
で食べています！



少しずつ園に慣れ、外で元気よく遊ぶこどもたちの姿が多くみられます。日差しが強くなる5月の旬の食材と言えば豆類です。グリーンピースやスナックエンドウ、そら豆といった旬の食材を献立に入れました。豆のすじ取りや、さやから取り出す手伝いをこどもたちと体験し、「おいしそう。早く食べたい」と給食の時間が待ち遠しくなるといいな、と期待しています。

あすなろこども園 栄養士 石河 知沙子

