

行事予定と献立 5月

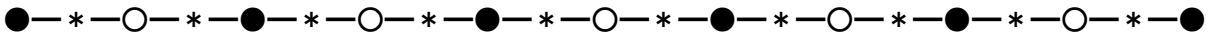
2026.04.28

認定こども園みゆき 栄養士 結城由佳

日にち	ぎょうじ	ごはん	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1 金	きぼうほいく 希望保育 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	さんしょくどん もやしのあえもの オレンジ	おさつごまやき	マドレーヌ
2 土	きぼうほいく 希望保育	ごはん	いためビーフン さつまいものオープンやき パナナ	せんべい	どらやき
3 日	けんぽうきねんび 憲法記念日				
4 月	ひ みどりの日				
5 火	ひ こどもの日				
6 水	ふりかえきゆうじつ 振替休日				
7 木	ひ つど こどもの日の集い	ごはん	さかなのてりやき きりぼしだいこんのにつけ しおもみきゅうり かきたまじる オレンジ	バナナケーキ	こいのぼりパイ
8 金	はついくけいそく 発育計測 リミック(0.5歳児) ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	アスパラガスとキャベツのみそいため しんじゃがのオープンやき すましじる パナナ	もちもちパン	きなこ クリームサンド
9 土		おにぎり	やきそば だいこんときゅうりのそくせきづけ オレンジ	セサミパイ	こまつなの むしパン
10 日					
11 月	こうつうあんぜんしどう 交通安全指導 こめた ぞう米炊き①	ごはん	まつかぜやき わふうサラダ ごもくスープ パナナ	あられふ	ちんすこう
12 火	おたのしみ散歩 さんぽ	うどん	にくみそあんかけうどん やさいサラダ パインアップル	ビスコ	ちゅうかふうおこわ
13 水	えいご 英語あそび(4.5歳児) かだえほん 貸し出し絵本	ごはん	ムニエル〜タルタルソースかけ〜 コンソメスープ マッシュポテト アスパラガスのソテー オレンジ	クラッカー ジャムサンド	おふラスク
14 木	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導① ほうすいくれん 放水訓練 10:00~	ごはん	とりにくのあまからあげ はくさいとコーンのサラダ みそしる パナナ	さつまいも むしパン	ぎゅうにゅうかん
15 金	リミック(2.3歳児) えほんよ き 絵本読み聞かせ(ぞう組) にようけんさ も かえ 尿検査キット持ち帰り ふとんも かえ 布団持ち帰り そつえんじつ 卒園児の集い	むぎ ごはん	ぶたにくのしょうがやき ちぐさあえ すましじる オレンジ	わふうポテト	コーンマヨ トースト
16 土	ねんどそつえんじ (2025年度卒園児)	ごはん	カレーライス コールスローサラダ パナナ	ホットケーキ	マッシュマロサンド
17 日					
18 月	にようけんさぜんえんじ 尿検査(全園児) さいえん しゅうかん にち 菜園まつり週間(~23日) いどうしょかん ぐみ 移動図書館(ぞう組)	ごはん	さかなのオーロラソースフライ オレンジ コーンとチンゲンサイのいためもの みそしる	グレープかんでん	マーラーカオ
19 火	ほけんしよくしどう 保健食育指導	そらまめ ませごはん	とりにくのコーンフ레이크やき パナナ ブロッコリーのフレンチサラダ すましじる	チーズトースト	マスカットゼリー
20 水	えいご 英語あそび(4.5歳児) せいきゆうしよはいらふよてい 請求書配布予定	ごはん	チーズオムレツ やさいソテー ビーフシチュースープ オレンジ	スティックパイ	とうふドーナツ
21 木	リミック(1.4歳児)	むぎ ごはん	ぶたにくとじゃがいものカレーに ゆでブロッコリー みそしる パインアップル	フルーツカナッペ	じゃこマヨ トースト
22 金	けんぽん さいじ リミック・鍵盤(0.5歳児) かだえほん 貸し出し絵本 ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	さかなのわふうマヨネーズやき ひじきのにつけ こふきいも(あおのり) すましじる パナナ	こくとうむしパン	ヨーグルトムース
23 土	えんない ワックスがけ(園内)	ごはん	たにんどん キャベツのしおこんぶづけ オレンジ	ラスク	スイートポテト
24 日					
25 月	こめた ぞう米炊き② ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導②	ごはん	さかなのごもくあんかけ きゅうりのゆかりあえ もずくスープ パナナ	オレンジかんでん	ヨーグルトケーキ
26 火	けんぽん さいじ リミック・鍵盤(1.4歳児)	わかめ ごはん	ピザバーグ こまつなとコーンのいためもの ベジタブルスープ オレンジ	きなこいり とうにゅうむしパン	グレープフルーツ ゼリー
27 水	えいご 英語あそび(4.5歳児) しかけんしん 歯科健診 9:15~ こうざふりかえび 口座振替日(1A)	むぎ ごはん	さかなのつけやき けんちんじる はくさいとほうれんそうのおかかあえ パインアップル	ヨーグルトあえ	おさつパイ
28 木	たんじょうびかい 誕生日会	たけのこ ごはん	コロッケ いとぎりこんぶのにつけ アスパラガスのごまあえ すましじる メロン	クラッカーと くだもの	ココアクッキー
29 金	リミック(2.3歳児) ふとん げつかんえほんも かえ 布団・月刊絵本持ち帰り	ごはん	タンドリーチキン マカロニサラダ ミネストローネ オレンジ	ジャムサンド	ブルーベリー マフィン
30 土		ごはん	ちゅうかどん もやしのナムル パナナ	シュガーパイ	おからカップケーキ
31 日					

新年度が始まり、あっという間に1ヶ月が経ちました。少しずつ園での生活にも慣れ、かわいい笑顔も見られ、給食もよく食べるようになってきました。5月は連休もあり、子どもたちも新しい生活になれてきたと同時に疲れも出てくる時期でもあります。環境が変わり、生活リズムのリズムが乱れると体調も崩しがちです。規則正しい生活を身につけていくために「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、元気に登園しましょう。

5月5日は「こどもの日」。園では、5月7日に、こどもの日の集いがあります。この日の午後のおやつは、「こいのぼりパイ」にしています。かわいいこいのぼりをぜひ展示食で見てくださいね♪



5月の食育指導は「食事のマナー(いただきます・ごちそうさま)」についてお話する予定です。

★「いただきます」「ごちそうさま」

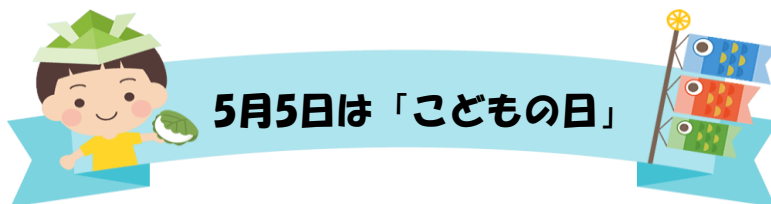
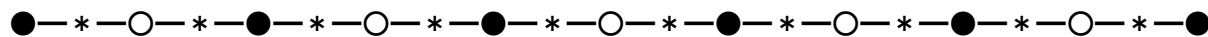
私たちは、動物・植物の「命」をいただいています。食事の前後には手を合わせ、その命に感謝します。

★食事の場面に感謝の気持ちを！

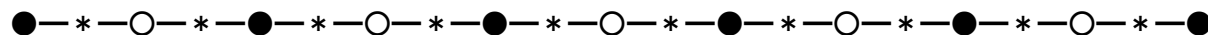
- 自然の恵み(動物・植物の「命」)に感謝
- 今日も食事を十分食べられるとい幸せに感謝
- 命を育ててくれた人、食事を作ってくれた人、準備にかかわった全ての人に感謝

☆離乳期から習慣づけを☆

- ①決まった場所に座り
- ②手や顔をきれいにし
- ③エプロン(よだれかけ)をつけ
- ④「いただきます」をすると、食事が始まるという習慣をつけましょう。



5月5日は「こどもの日」です。「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」という趣旨で、国民の祝日になっています。こいのぼりを上げたり五月人形を飾ったりして、力強く元気な子どもたちの成長を願い、また、悪いことが起こらないようにと、柏餅やちまきを食べます。ひとつひとつに大事な意味が込められていることを伝えたいですね。



旬の食材

そらまめ

そらまめは初夏の味覚の代表でもあり、茹でたての美味しさは格別です。空に向かって伸びるまめの姿から、「空豆(そらまめ)」と呼ばれています。

【茹でそらまめ】(大人2人こども1人)

材料: さやつき10さやほど(400~500g)

- ①さやからまめを取り出す。黒い部分の反対側に浅く切り込みを入れる。
- ②鍋に湯を沸かし、水1ℓに対して塩大さじ1程度入れる。約2~3分茹でる。

切り込みを入れることで簡単に押し出せるようになります。
アツアツ、ホクホクそらまめの風味を楽しみましょう♪

