



5月の行事・こんだて

30年度



日	曜	行事
1	火	
2	水	ペットボトル締めきり
3	木	憲法記念日
4	金	みどりの日
5	土	こどもの日
6	日	
7	月	花を持ってくる
8	火	花まつり
9	水	
10	木	
11	金	リトミック
12	土	親子ふれあい遠足
13	日	母の日
14	月	個人面談(3・4・5歳児)
15	火	内科検診(0~2歳児) 調理師研究会(阿部)・衛生講話
16	水	内科検診(3~5歳児)
17	木	歯科検診(全員)
18	金	リトミック
19	土	
20	日	
21	月	えいごあそび
22	火	
23	水	保育士研究会(村田)
24	木	
25	金	リトミック
26	土	
27	日	
28	月	えいごあそび
29	火	
30	水	誕生会・尿検査(3~5歳児)
31	木	

	月	火	水	木	金	土	日
日にち	5月が旬の野菜や果物	1	2	3	4	5	6
9時のおやつ	野菜: アスパラガス さやえんどう 新玉ねぎ・ごぼう スナップえんどう グリーンピース	牛乳, 果物	牛乳, 果物				
昼食	豚汁 チーズ入り納豆 ごぼう入りつくね トマト, 果物	国東ハンバーグ ポテトサラダ 中華スープ 果物	憲法記念日			みどりの日	
3時のおやつ	果物: ネーブル・メロン パイナップル	ミルク, みたらし団子	ミルク, チーズとねぎの花巻			こどもの日	
日にち	7	8	9	10	11	12	13
9時のおやつ	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, 麩のバターズナック	牛乳, 果物	親子遠足	
昼食	鮭のチーズ焼き キャベツのごま和え 竹の子と新玉ねぎの味噌汁 果物	ハヤシライス バンサンス 大豆の甘辛煮 果物	鯖の味噌煮 マカロニサラダ 野菜スープ 果物	うま煮 アスパラのごま味噌和え かぼちゃグラタン 果物	照り焼きチキン 絹さやとチーズのサラダ 人参グラッセ 卵スープ, 果物		
3時のおやつ	カルピスゼリー	甘茶, やせうま	ミルク, パナナとおからケーキ	麦茶, 鶏そぼろおにぎり	ミルク, じゃこパンせんべい		
日にち	14	15	16	17	18	19	20
9時のおやつ	牛乳, チーズ	牛乳, レーズン入り蒸しパン	牛乳, 果物	牛乳, ジャムサンド	牛乳, 果物	牛乳, ネーブル	
昼食	魚のごま味噌焼き 野菜の卵とじ 中華風コーンスープ 果物	肉じゃが 大豆とじゃこの甘辛煮 さつま芋の天ぷら 果物	豚肉と厚揚げの生姜焼き レタス, ミニトマト のっぺい汁 果物	魚の梅しそ焼き ひじきの和風サラダ 春野菜のポトフ 果物	親子丼 鶏レバーの甘辛煮 スパゲッティとツナのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁, 果物	きつねうどん 果物	
3時のおやつ	ミルク, シェンケリー	ソフール	ミルク, スキムミルクもち	ミルク, かぼちゃと黒ごまクッキー	ミルク, 小松菜の蒸しパン	牛乳, 芋けんぴ	
日にち	21	22	23	24	25	26	27
9時のおやつ	牛乳, 果物	スキムヨーグルト	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, りんご	
昼食	チキンケチャップソテー ほうれん草とツナのサラダ かき玉そうめん 果物	筑前煮 豆腐とツナの落とし焼き スナップえんどうのおかか和え 果物	鮭の南蛮漬け チロリアンサラダ もずくスープ 果物	マーボー豆腐 野菜炒め ししゃも 果物	さつま揚げ わかめのごま風味和え かしわ汁 果物	小松菜とソーセージの混ぜご飯 かき玉スープ 果物	
3時のおやつ	ミルク, 野菜チップス	ミルク, 納豆トースト	ミルク, 黄粉団子	ミルク, じゃがもち	フルーツヨーグルト	牛乳, ミレービスケット	
日にち	28	29	30	31	野菜を使ったおやつを紹介します!!		
9時のおやつ	牛乳, 果物	牛乳, 黒糖蒸しパン	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	ビビンバおにぎり  ① ほうれん草(50g)は茹でてみじん切りにして、しぼる。 ② 鍋にごま油(ひとまわし)を入れ、にんにく(少々)・生姜(少々)入れて炒める。 ③ ①に合挽ミンチ(50g)と人参みじん切り(20g)・粗みじんに切ったもやし(20g)を炒める。砂糖(小さじ4)・醤油(小さじ2)を入れ、人参が柔らかくなるまで炒める。 ④ ①と③を混ぜ合わせ、炊いたご飯(300g)と混ぜておにぎりを作る。		
昼食	ひじき入り五目厚焼き卵 挽肉と野菜の春雨炒め 八宝菜風スープ 果物	鯛の塩焼き うの花和え, レタス ベーコンとわかめのすまし汁 果物	から揚げ 栄養きんぴら 新じゃがの豆乳味噌汁 果物	豆腐の五目煮 野菜のごま和え 春雨つくね 果物			
3時のおやつ	ミルク, 麩の黄粉スナック	麦茶, チーズとおかかおにぎり	牛乳, ほうれん草のどら焼き	ミルク, 焼きそばパン			

*9時のおやつは0・1・2歳児のみです。 *果物は変更することがあります。 *園で使用しているお米は国内産です。