

2025年度

5月 よていこんだてひょう

さしき保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
5月 こんだてひょう			1 レバーミート スパゲティー 野菜スープ ポテトサラダ 果物 お茶 みそおにぎり	2 麦ご飯 魚のマヨネーズ焼き すまし汁(ワカメ、水菜) キャベツのカレー炒め 果物 カルピス かぼちゃの砂糖天ぷら	3 憲法記念日 
5 子どもの日 	6 振替休日 	7 芋ご飯 みそ汁(白菜、小松菜) さっぱりチキン ひじき炒め 果物 牛乳 オレンジゼリー	8 ご飯 麻婆豆腐 コーンスープ 春雨サラダ 果物 牛乳 チョコチップスコーン	9 麦ご飯 鮭のカレー揚げ すまし汁(ワカメ、水菜) 冬瓜炒め 果物 お茶 たまごサンド	10 職員勉強会 
12 そぼろ丼 みそ汁(しめじ、ネギ) きゅうりとワカメの和え物 果物 牛乳 はったい粉もち	13 黒米ご飯 サバの味噌煮 すまし汁(エノキ、キクラゲ、ネギ) 筑前煮 果物 牛乳 チーズボール	14 バターロール 豆腐ハンバーグ ミネストローネ ブロッコリーとリンゴのサラダ 果物 牛乳 ワカメおにぎり	15 お弁当会 	16 ご飯 肉巻きロール みそ汁(エノキ、ネギ) ゴーヤーチャンプルー 果物 牛乳 くずもち	17 チキンライス 具だくさんスープ 果物 牛乳 フレンチトースト
19 もずく丼 ゆし豆腐 大根サラダ 果物 牛乳 アガラサー	20 麦ご飯 ちくわのいそべ揚げ みそ汁(白菜、小松菜) ごぼう炒め 果物 お茶 フルーツヨーグルト	21 ヘチマの中華丼 みそ汁(しめじ、ネギ) 千切りサラダ 果物 牛乳 芋くず天ぷら	22 ご飯 夏野菜カレー もずくスープ リンゴサラダ 果物 牛乳 お誕生日ケーキ	23 ご飯 きびなごの唐揚げ チムシンジ汁 野菜炒め 果物 牛乳 カルシウムせんべい	24 味噌煮込みうどん 果物 牛乳 ふかし芋
26 タコライス 野菜スープ 果物 牛乳 人参ホットケーキ	27 芋ご飯 ブリの照り焼き みそ汁(エノキ、ワカメ) 大根炒め 果物 お茶 ソーメンチャンプルー	28 麦ご飯 肉じゃが煮 みそ汁(白菜、揚げ豆腐) しらすの和え物 果物 牛乳 ちんびん	29 ご飯 卵スープ 八宝菜 もずく酢 果物 牛乳 大学芋	30 炊き込みご飯 イナムルチ トマトの和え物 果物 牛乳 ヒラヤーチー	31 豚丼 具だくさん味噌汁 果物 牛乳 ジャムサンド



～こどもの日のお祝い～



こどもの日の5月5日は端午の節句でもあり、こども達が丈夫に育つように願います。各家庭でこいのぼりをたて、ちまきやかしわもちなどを食べて祝います。

【ちまき】

5月5日が命日の中国の詩人・屈原を弔うためにつくったのが始まりといわれています。もち米やうるち米でつくり、笹などでまいて蒸します。

【かしわもち】

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ません。その様子から、家が絶えない、跡継ぎが終えることがないという縁起担ぎとして、かしわもちが食べられるようになったといわれています。

楽しい食事を♪

子どもは大人が食べる姿を見て「こういうふう食べるんだ!」と真似をして食べるようになります。また、楽しい雰囲気です事をしていると「食べることって楽しい!もっと食べたい!」とよく食べるようになります。



家庭で食後異変が起きたら・・・

★症状が軽く、すぐに治まったとしても、必ず園に伝えてください。

症状が起きたときにメモしておきましょう。

- ・いつ・どんな食べ物で
 - ・どんな症状が出たのか
- (じんましんが出た場合は写真に撮っておくと良い)

普段食べているものでも急にアレルギー症状を起こしてしまうこともあります。それが「アナフィラキシーショック」という命にかかわる危険な症状の場合もありますので、ご承知ください。(保育園で急に起きてしまう場合もあります)

