



日	曜日	3歳未満児 午前のおやつ	副 食	3歳未満児のみ	午後のおやつ
1	木	牛乳 ビスケット	赤魚のケチャップがらめ コーン入りおひたし 豚汁	ごはん	ヨーグルト カミカミ昆布
2	金	牛乳 せんべい	かぶと型ハンバーグ ブロッコリーサラダ オレンジ 野菜スープ	ごはん	牛乳 かしわ餅
3	祝		憲法記念日		
5	祝		こどもの日		
6	祝		振替休日		
7	水	牛乳 野菜ビスケット	鶏肉のから揚げ フレンチサラダ 農家のスープ	ごはん	豆乳プリン カルシウムせんべい
8	木	牛乳 カルテツウエハース	さばの味噌煮 キャベツのごま和え 厚揚げのみそ汁	ごはん	牛乳 じゃこピザ ☆
9	金	牛乳 こめ棒くん	名水ポークの生姜焼き ポテトサラダ 小松菜のみそ汁	ごはん	牛乳 ポテトスナック
10	土	お茶 菓子	カレーライス ハンバーグ チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
12	月	牛乳 カルシウムおかき	ミートソーススパゲティ チキンナゲット 塩きゅうり コロコロ野菜スープ	ごはん	牛乳 ビスケット
13	火	ヨーグルト	ピザ風豆腐バーグ もやしのナムル かぼちゃのみそ汁	ごはん	牛乳 ジャムサンド ☆
14	水	牛乳 せんべい	赤魚の竜田揚げ アスパラソテー ポテトスープ	ごはん	牛乳 ラスク
15	木	牛乳 パナナ	高野豆腐フライ ブロッコリーのおかか和え けんちん汁	ごはん	牛乳 やさいコンソメリング
16	金	牛乳 野菜ビスケット	カレーライス ウインナー スパゲッティサラダ パイン缶 お茶	ごはん	牛乳 せんべい
17	土	お茶 菓子	カレーライス ミートボール チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
19	月	牛乳 さくつとあられ	鶏肉のごまがらめ チーズポテト オレンジ ほうれん草の豆乳スープ	ごはん	牛乳 かりんとう
20	火	牛乳 クラッカー	鮭の塩焼き そら豆 春雨の酢の物 じゃがいものみそ汁	ごはん	牛乳 豆乳ケーキ ☆
21	水	牛乳 こめ棒くん	マーボー豆腐 フライドポテト パイン缶 もやしのスープ	ごはん	牛乳 ミニのりすけ
22	木	ヨーグルト	鶏肉の照り焼き ごまじゃこ和え ミニトマト すり身汁	ごはん	牛乳 鉄サブレ
23	金	牛乳 せんべい	鮭わかめごはん ヒレカツ ブロッコリー 一口ゼリー すまし汁	鮭わかめごはん	牛乳 レモンマフィン
24	土	お茶 菓子	カレーライス ハンバーグ チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子
26	月	牛乳 おかき	鮭のマヨネーズ焼き ドレッシング和え 米粉シチュー	ごはん	牛乳 せんべい
27	火	牛乳 カルテツウエハース	鶏肉のマーマレード焼き アスパラのごまマヨネーズ 豆腐のみそ汁	ごはん	牛乳 マカロニあべかわ ☆
28	水	牛乳 さくさくボーロ	ちくわのカレー揚げ 華風和え ワンタンスープ	ごはん	牛乳 せんべい
29	木	牛乳 ビスケット	五目焼きそば 春巻き ゴールドキウイ わかめスープ	ごはん	牛乳 クラッカー
30	金	牛乳 せんべい	えんどう豆のかくれんぼ わかめごま炒め ミニトマト なめこのみそ汁	ごはん	牛乳 パイ
31	土	お茶 菓子	カレーライス ミートボール チーズ 果物 お茶	ごはん	果汁 菓子

※都合により献立を変更することがあります。23日は、命ありがとうパパ・ママディメニューです。

☆印は手作りおやつです。

入園・進級して1か月が過ぎました。暖かい日差しに、さわやかな風を感じつつ新しい環境で活発に過ごしている子供たちですが、疲れが出てくる時季でもあります。栄養満点の給食で、こどもたちの元気をサポートしていきます。



5月5日は“端午の節句”

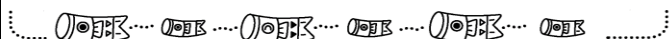


給食では“旬”を大切にしています。



端午の節句は、中国から伝わり、日本では奈良時代から続く伝統行事です。病気や災難が起こらないように願う行事で、男の子の節句になったのは鎌倉時代からです。武家の間で跡継ぎの男子の成長と一族の繁栄を願う重要な行事として定着してきました。

端午の節句の時に飾る五月人形のかぶとや甲冑には、「わが子を守ってくれるように」という願いが込められています。5月2日は「こどもの日メニュー」です。かぶと型のハンバーグやかしわ餅を食べて、元気に過ごしましょう！



旬という言葉をよく耳にしますね。「しゅん」とは、その食べ物がいちばん多く取れる時期のことを言います。野菜や果物、魚など旬なものほど栄養価が高く、いちばんおいしい時期でもあるため、給食では旬の食材を積極的に取り入れています！たくさん出回るため比較的安価で手に入れることもできます。

“今月の旬の食材”

「そら豆」と「えんどう豆」



今月は、緑色が鮮やかな「そら豆」と「えんどう豆」が旬を迎えます。少し味や香りにくせがありますが、給食で旬を味わいましょう。また、30日の「えんどう豆のかくれんぼ」では名前の通り「えんどう豆」が隠れているのでぜひ探してみてください！