



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	金	牛乳 せんべい	こいのぼり型ハンバーグ スパゲッティーサラダ いちご 農家のスープ	ごはん	牛乳 かしわ餅
2	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
4	祝		みどりの日		
5	祝		こどもの日		
6	祝		振替休日		
7	木	牛乳 ビスケット	さばのみそ煮 ブロッコリーサラダ チーズ 春雨のスープ	ごはん	牛乳 せんべい
8	金	牛乳 せんべい	鶏肉のマーメレード焼き もやしのナムル 小松菜のみそ汁	ごはん	牛乳 こめ棒くん
9	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
11	月	牛乳 さくふわせんべい	鮭の塩焼き 三色サラダ かぼちゃのみそ汁	ごはん	牛乳 ミニのりすけ
12	火	牛乳 やわらかおかき	名水ポークの生姜焼き マカロニサラダ 大根のみそ汁	ごはん	牛乳 豆乳ケーキ ☆
13	水	牛乳 こめ棒くん	五目焼きそば シューマイ オレンジ 豆腐のスープ	ごはん	豆乳プリン カルシウムせんべい
14	木	ヨーグルト	カレーライス ウィンナー ブロッコリー ミニトマト お茶	ごはん	牛乳 ビスケット
15	金	さくさくポーロ	鶏肉のごまがらめ 華風和え コロコロ野菜スープ	ごはん	牛乳 鉄サブレ
16	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
18	月	牛乳 ビスケット	マーボー豆腐 フライドポテト 塩きゅうり パイン缶 わかめスープ	ごはん	牛乳 野菜コンソメリング
19	火	牛乳 さくっとあられ	鮭のマヨネーズ焼き フレンチサラダ ミニトマト ほうれん草の豆乳スープ	ごはん	牛乳 ジャムサンド ☆
20	水	牛乳 野菜ビスケット	鶏肉のから揚げ アスパラソテー パナナ キャベツのみそ汁	ごはん	牛乳 せんべい
21	木	牛乳 おかき	中華風炊き込みご飯 チキンナゲット こりこりきゅうり 一口ゼリー すまし汁	中華風炊き込みご飯	牛乳 クレープ
22	金	牛乳 カルテツウエハース	たらのごまみそ焼き 春雨の中華和え もやしのスープ	ごはん	牛乳 パイ
23	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
25	月	牛乳 せんべい	赤魚の竜田揚げ アスパラのごまマヨネーズ ワンタンスープ	ごはん	牛乳 かりんとう
26	火	ヨーグルト	高野豆腐フライ ほうれん草のナムル 豚汁	ごはん	牛乳 じゃこピザ ☆
27	水	牛乳 胚芽クッキー	鶏肉のパンパンジー焼き ドレッシング和え えのきのみそ汁	ごはん	牛乳 ラスク
28	木	牛乳 こめ棒くん	豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ 白菜のスープ	ごはん	牛乳 せんべい
29	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 パイン缶 けんちん汁	ごはん	牛乳 ビスケット
30	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

※都合により献立を変更することがあります。25日は、命ありがとうパパ・ママタイムメニューです。

☆印は手作りおやつです。

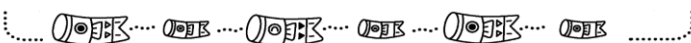
入園・進級して1か月が過ぎました。少しずつ新しい環境に慣れ、活発に過ごしているように見える子供たちですが、少し疲れが出てくる時期でもあります。バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、元気に過ごせるように体調管理をしていきましょう。

5月5日は“こどもの日”

「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日」として「こどもの日」が国民の祝日に定められました。

こどもの日の象徴として「こいのぼり」を飾りますが、人生の中でぶつかる難関も突破し、成長して出世して欲しいという願いを込めて、掲げるようになったと言われています。

5月1日は「こどもの日メニュー」です。こいのぼり型のハンバーグやかしわ餅を食べて、元気にゴールデンウィークを過ごしましょう！



苦手な食べ物でも一口チャレンジしてみよう！

食べ物の味を識別するのは味覚の働きです！味覚は主に舌の上にある味蕾というところで感じます。実は、食べ物を美味しい！と感じるかどうかは、これまでに食べた味の記憶を頼りにしています。そのため、離乳期から様々な味を体験し、味覚の幅を広げておくことが大切になります。

味の基本は5つあります。特に酸味や苦味が苦手な子もいますが、おいしく食べられた経験を重ねる事で食べられるようになってくるので、いろいろな味付けや食材にチャレンジしていきましょう！そして、一口でも食べられたらたくさん褒めてあげましょう

