

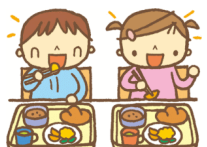
5月の献立表

令和5年度

千波保育園

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
ごはん マーボー豆腐 わかめのあえもの すましじる	スパゲッティー ナポリタン ウイナーソーテ ヨーグルト スープ	けんぼうきねんび 	みどりのひ 	こどものひ 	おべんとう
スキムミルク	スキムミルク				むぎちや
かし	くろゴママフィン				かし
にゅういんりょう	ぎゅうにゅう				にゅういんりょう
おかゆ・やさいに ひきにくに	くたくたうどん やさいに・ふに				
8	9	10	11	12	13
ごはん さばのみそに ちくぜんに すましじる	デニッシュパン かぼちゃのコロッケ ごまずあえ スープ	まいたけごはん だいこんとさといもの にもん みそしる	にくうどん もやしのサラダ ヨーグルト	おいわいランチ このひはほいくえ んの、たんじょうび きゅうしょくでは、おせ きはながでます！ 	ふぼのかいそうかい
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
かし	ヨーグルト	みまんじ:まんじゅう・ぎゅうにゅう いじょうじ:かしわもち・ぎゅうにゅう	むしばん	ケーキ	
にゅういんりょう			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	
おかゆ・やさいに にざかな	おかゆ・やさいに ふに	おかゆ・やさいに とうふに	くたくたうどん ひきにくに	おかゆ・やさいに ふに	
15	16	17	18	19	20
ミックスピラフ もやしとウイナーの ソーテ みそしる	ロールパン だいこんグラタン ブロッコリー スープ	ごはん ぶたにくのこうみやき もやしのナムル みそしる	トマトクリーム スパゲッティー ハッシュドポテト ヨーグルト スープ	なめし さかなのステーキ コールスローサラダ すましじる	ツナピラフ やさいサラダ
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	むぎちや
あんぱん	そらまめ	かし	おこのみやき	オレンジ	かし
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	にゅういんりょう	ぎゅうにゅう		にゅういんりょう
おかゆ・やさいに にざかな	おかゆ・やさいに ふに	おかゆ・やさいに ひきにくに	くたくたうどん やさいに・とうふに	おかゆ・やさいに にざかな	
22	23	24	25	26	27
しらすごはん きりぼしだいこんの にもん みそしる	ホワイトブレット チキンカツ ちゅうかあえ すましじる	ごはん さかなのみぞれやき ピーマンのきんぴら みそしる	こめこパン ジャーマンポテト ほうれんそうのソーテ スープ	ジャージャーめん チキンナゲット ヨーグルト スープ	まぜごはん にもん
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	むぎちや
はらじゅくドック	ホーリーホックゼリー	かし	ヨーグルト	おにぎり	かし
ぎゅうにゅう		にゅういんりょう		ぎゅうにゅう	にゅういんりょう
おかゆ・やさいに とうふに	おかゆ・やさいに ひきにくに	おかゆ・やさいに にざかな	おかゆ・やさいに ふに	くたくたうどん やさいに・ひきにくに	
29	30	31			
ごはん にくじゃが つけもの みそしる	ロールパン さかなのきのこソース ブロッコリーのサラダ スープ	ちゅうかさいごはん エリンギのパター いため みそしる	ちゅうしょく		
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	みまんじ10じのおやつ		
かし	シリアルバー	ツナサンド	3じのおやつ		
にゅういんりょう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
おかゆ・やさいに ひきにくに	おかゆ・やさいに にざかな	おかゆ・やさいに とうふに	りにゅうしょく		

そのひにつかうしょくざいのイラストがのってるよ。なににはいつているかな？さがしてみてね！



☆献立は食材により変更することがあります

給食だより



5月の目標
食事の
あいさつをしよう



だんだんと暖かくなり過ごしやすい季節になりましたね。5月は千波保育園の創立記念日があり、この日の献立はお祝いランチになっています！
どんなメニューが出るか楽しみです♪



スナップえんどうを
収穫したよ



筋の取り方
の説明中



「筋を取る前」



「取った筋」



「調理後」

ローズ・サクラ組で育てたスナップえんどうを収穫し、子ども達に筋を取ってもらいました。最初に給食の先生が筋の取り方を説明すると、「お家でやったことがあるー！」、「先生できたよ！」とみんな楽しそうでした。筋を取ったスナップえんどうは、次の日の給食にみんなでおいしく食べました。これからもいろんな旬の野菜を使って食育できたらいいと思います。



【食事のあいさつはできていますか？】

食事のあいさつには「いただきます」と「ごちそうさま」があります。何気なく言っている言葉ですが、「いただきます」と「ごちそうさま」の意味について考えてみましょう！

「いただきます」

命ある食べ物をいただくことや、食事に関わったすべての人に感謝の気持ちを表す言葉です。



「ごちそうさま」

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれて、ありがとうという意味です。



給食の様子

新年度になって1ヶ月が経ちました。子ども達は新しいクラスにも少しずつ慣れ、給食も楽しそうに食べている様子でした。子ども達から「給食おいしい！」という言葉も聞けて、嬉しく思います！



