

5月給食だより



昼食	1	野菜 青菜 キャ			
午後のおやつ					
昼食	8	雷豆 さつ すま			
午後のおやつ					
昼食	15	高野 酢物 みそ汁	人参スープ		豆湯汁
午後のおやつ					
昼食	22	栄養 ささ身サラダ 人参すまし汁	甘草和え じゃがたま汁	「ーキ ク	きなこおむすび
午後のおやつ		大学芋	牛乳・フルーツ	梅干入りおむすび	
昼食	29	肉じゃが キャベツごま和え すまし汁	魚の竜田揚げ 干し大根煮物 かき玉汁	31	焼きうどん えんどうみそ汁 高野豆腐の旨煮 しおおむすび
午後のおやつ		いも餅	牛乳・フルーツ		

平成29年5月 まるに保育所

平成 ※都合により献立が変わることがあります。

	金	土
	5	6
3	こどもの日	
	12	13
-焼き か和え	魚のホイル焼 さつま芋サラダ たまねぎ汁	親子丼 春雨サラダ バナナ
び	牛乳・ゼリー	お菓子
	19	20
炒め	揚げ煮魚 ひじきの炒め煮 じゃが芋みそ汁	愛情お弁当の日 (おかず入りで お願いします)
	25	26
	和風ミートローフ クリームシチュー ゆで野菜	かまどクッキング (お弁当ご飯は いりません)
	ゆかりおむすび	牛乳・小豆ケーキ
		27
		ハヤシライス 春雨和え物 フルーツ
		お菓子

♪♪屋根より高いこのぼおり♪♪と
保育室から元気な声が五月晴れの空まで
届いています。
お散歩にでかけ、「帰りました」の
挨拶と一緒に みんなの手には
その季節の野草のお土産があります。
お昼の、おやつのお食材になります。
自然の中で育つ子ども達だからできる
体験です。
収穫の時の感触や香りと色、食事の
料理の中に見つけた喜びと食べた時の
味・・・子ども達の五感が自然の食物から
も身近な事として育っています。
これから夏野菜を園庭花壇に植え
成長のお世話、収穫の喜びを通し
苦手な野菜がある子ども達からも
「大好き」の言葉が聞こえてきそうです。



おやつのおむすびは「五分米」を炊いています。
玄米のぬか層を50%取り除いたものです。
ビタミンE・ビタミンB1・繊維質も多く含まれています。
子ども達も香りと甘みを精白米とは違うご飯で楽しんでます。

4月のクッキングをしました。(ばら・きく・さくら組さん)

毎週の火曜日 おやつ時間に、今はりんごの切り方・芯とり・皮切りを継続してチャレンジしています。
そのナイフ使いの延長で、野菜切りりんご切りをみんなで頑張りました。
調理室の大きな中華鍋で肉・野菜・スパゲティを炒め、調味料も計測していたものを足台に上がり
一緒に味付けをしました。出来上がった食事はみんなの自信と楽しさ、暑い体験も味付けになったようです。



今月から調理担当になりました
野村 絵理です。
保育所の子ども達と食を通して
一緒に楽しく過ごして行きたい
と思います。
一生懸命がんばりますので
よろしくお願いします。

