

月	火	水	木	金	土
未満児		牛乳	牛乳・いりこ		
		1 ご飯 アジフライ みかんサラダ コンソメスープ 果物	2 ご飯 こいのぼりハンバーグ アスパラのさっと煮 チャウダー 果物	3 <b>憲法記念日</b>	4 <b>みどりの日</b>
		牛乳 菓子	牛乳 まき		
未満児	牛乳・ウエハース	牛乳	ヨーグルト	牛乳	
6 <b>振替休日</b>	7 ハヤシライス アサリのしぐれ煮 ヨーグルト和え	8 麦ご飯 サケの照り焼き マカロニサラダ むらくも汁 果物	9 ご飯 豚肉のしょうが焼き 納豆和え わかめスープ 果物	10 たけのこ寿司 田舎煮 ごぼうのみそ汁 果物	11 <b>親子遠足</b>
	牛乳 菓子	フルーツゼリー	牛乳 マカロニのみたらし風	牛乳 あんバタートースト	
未満児 牛乳	牛乳・ウエハース	牛乳	ヨーグルト	牛乳	
13 キャベツパゲティ かぼちゃサラダ 豆乳スープ 果物	14 ご飯 厚揚げと芋の煮物 スティック野菜 えのきのすまし汁 果物	15 ご飯 サバのカレームニエル ブロッコリーサラダ トマトとレタスのスープ 果物	16 ご飯 鶏肉の梅照り焼き ほうれん草サラダ 豆腐のみそ汁 果物	17 ご飯 切干大根のオムレツ きゅうりの酢の物 もやしのすまし汁 果物	18 あさりご飯 豚汁 果物
日本茶 ヨモギ団子	牛乳 菓子	梅おにぎり チーズ	牛乳 ドーナツ	牛乳 おふラスク	おやつ
未満児 牛乳	牛乳・チーズ	牛乳	牛乳・いりこ	牛乳	
20 肉うどん 焼きシシャモ きんぴら 果物	21 ご飯 豆腐のあんかけ ひじき煮 小松菜のみそ汁 果物	22 麦ご飯 アジの塩焼き 切干大根の含め煮 わかめのすまし汁 果物	23 <b>誕生会</b> <b>リクエスト献立</b>	24 ご飯 いりどり 即席漬け ふのすまし汁 果物	25 エビピラフ なかよし汁 果物
わかめおにぎり	牛乳 菓子	牛乳 ツナサンド	いちごのトライフル	納豆入りお好み焼き	
未満児 牛乳	牛乳・果物		牛乳・ウエハース		
27 ちゃんぽん 蒸しシュウマイ 小松菜のツナ和え 果物	28 ご飯 マーボー豆腐 バンサンスー ニラ玉スープ 果物	29 ご飯 パトウのピカタ コールスローサラダ たまねぎのみそ汁 果物	30 ご飯 高野豆腐の酢豚 ほうれん草のごま和え あさりのすまし汁 果物	31 ご飯 ポテトグラタン トマトサラダ コーンスープ 果物	
たこ焼き風おにぎり	牛乳 菓子	豆乳レーズンもち	牛乳 チェルシートースト	牛乳 いりこの甘辛煮	

## 夕食を待てない子に こなつなぎ食はいかがですか？

「お腹がすいて夕食まで待てない」「お菓子を食べすぎて、夕食が食べられなくなった」という経験はありませんか？夕食まで待てない子どもには、夕食の一部になる「つなぎ食」がおすすめ。飲み物はお茶がいいですね！

## こどもの日

5月5日は子どもの日「端午の節句」です。こいのぼりや武者人形、よろいかぶとを飾り柏餅やまきを食べて子どもの成長を祝う行事です。菖蒲の葉をお風呂に入れてはいる菖蒲湯は、香りが邪気を払うといわれています。こども園でも献立に、こどもの日のメニューを取り入れています。

### ミニおにぎり

ちりめんじゃこ、サケフレークなどを混ぜて、1〜2個程度

### ふかし芋

さつまいもをキッチンペーパーで包み水で濡らしてラップに包み200wで15分



### 冷凍フルーツ

メロン、パイナップル、バナナなどの果物を食べやすく切って凍らせるだけ。4〜5個程度。

### ウインナー・魚肉ソーセージ

切れ目を入れてゆでる。ウインナーは1〜2本まで。魚肉ソーセージはそのまま食べられます。

