

平成29年

5月



こんだてひょう

〒708-0014
津山市院庄1039-1
社会福祉法人 院庄さくらこども園
TEL 28-2475
FAX 28-2150

日	曜	献立名	3歳未満児追加	10時おやつ <small>※3歳以上児は飲み物のみとなります</small>	3時おやつ
1	月	ご飯 マーボー豆腐 春雨の酢の物 炒り煮こんにゃく マーコット	ゆかりふりかけ	ブルーベリー	ゼリー
2	火	ジャムサンド 鶏のレモン焼き グリーンサラダ ポテトスープ アメリカンチェリー ミルクティー	うずら卵	ミルク・昆布	柏もち
3	水	憲法記念日			
4	木	みどりの日			
5	金	こどもの日			
6	土	肉団子うどん ちくわの煮物 かぼちゃサラダ	黄桃缶	かし	かし
8	月	牛丼 キャベツのごまサラダ フライドポテト バナナ	コーン	干しプルーン	ツナマヨサンド
9	火	ご飯 鯖の野菜あんかけ きゅうりざい たけのこの土佐煮 ババロア	味付けのり	ミルク・クラッカー	さつまいもドーナツ
10	水	黒糖レーズンパン ほうれん草エッグ 豆乳スープ マカロニサラダ りんご レモンティー	ブロッコリー	チーズ	きなこ豆
11	木	ご飯 平天のしそ揚げ 青菜のお浸し わかめの味噌汁 オレンジ	きゅうり	ミルク・まんてん黒豆	メープルマフィン
12	金	玄米ご飯 鶏肉の南部焼き 切干サラダ 煮豆 サンフルーツ	白玉麩	ミルク・するめ	ブラマンジェ
13	土	味噌ラーメン もやしのソテー さつまいものレモン煮	みかん缶	かし	かし
15	月	ご飯 あじのかば焼き ひじきの煮物 まいたけの清汁 グレープフルーツ	とろろ昆布	フェウエハース	クレープ
16	火	ご飯 牛肉と野菜の炒め物 白和え 変わり粉ふき芋 バナナ	きなこ	ミルク・いわしっ子	あんずカップケーキ
17	水	ロールパン 和風ハンバーグ コーンサラダ 卵スープ セミロール 牛乳	いちごジャム	ポーロ	たぬきおにぎり
18	木	ご飯 チキンカツ キャベツのごま酢和え 昆布巻 ヨーグルト	レーズン	ミルク・まんてん大豆	小松菜ビスケット
19	金	たけのこご飯 厚揚げのうま煮 三色和え 豚汁 りんご	うずまき麩	ミルク・ブルーベリー	パンせんべい
20	土	ツナパスタ アスパラサラダ フルーツポンチ	さくらんぼ缶	かし	かし
22	月	カレーライス 福神漬 シューマイ ブロッコリーサラダ オレンジ	チーズ	きなこウエハース	キャロットクッキー
23	火	ご飯 ボークソテー ゆでそら豆 切干し大根の梅和え バナナ	フレーク缶	ミルク・スティック野菜	チヂミ
24	水	メロンパン うずら卵フライ 海藻サラダ ベーコンスープ いちご カルピス	人参の甘煮	煮干し	プリンアラモード
25	木	ご飯 白身魚の照り焼き 高野煮 きゅうりの塩昆布和え グレープフルーツ	ごま塩	干しプルーン	クリームコンフェ
26	金	ゆかり麦ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 小松菜の酢味噌和え きんぴらごぼう フルーチェ	ベーコン	ミルク・ひよこ豆	マーマレードパウンドケーキ
27	土	豆乳ちゃんぽんうどん 焼き豆腐のおかか煮 きゅうりの書しそサラダ	かぼちゃ煮	かし	かし
29	月	わかめご飯 チャプスイ 大豆サラダ 中華スープ りんご	ポークピッツ	Caウエハース	アメリカンドッグ
30	火	しらす粥 コーンのだんご 切干煮 白菜のナムル 桃ゼリー	白桃缶	ミルク・野菜スナック	炒めそうめん
31	水	はちみつパン 鮭フライ コールスロー ミネストローネ オレンジ レモンティー	粉ふき芋	バナナ	白玉団子のかぼちゃあん



新緑がすがすがしい季節になり、入園・進級して一ヶ月がたちました。新しい生活にもだんだんと慣れてきて元気一杯の笑顔があふれています。こども園の給食にも慣れてきたようで、お友達や先生と楽しく食べている姿が見られます。

連休明けは、今までの疲れが出やすい時期です。天候も変化が激しいので健康管理に十分注意し生活リズムを整えましょう。



こどもの日

端午の節句は中国伝来の風習です。5月は急に暑くなり、体調を崩す人が多くなる時期です。そこで、この日に健康を祈願していたのです。

端午の節句の食べ物には柏もちやちまきがあります。ちまきを食べるのは中国の風習ですが、柏もちには日本独自の風習です。柏は縁起物で、新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「家系が絶えない」といわれています。こども園でも3時のおやつに柏もちをいただきます。

さくら組さん クッキング 23日(火)

今月はさくら組さんが初めてのクッキングにチャレンジします。前日にそら豆の皮むきをしてもらい、23日にゆでたそら豆を使って自分達でおにぎりを作ります。上手にできるか楽しみですね♡

今月の目標

生活リズムを整えましょう

