

5 給食だより

社会福祉法人・智雲山福祉会 こがね保育園 令和2年4月30日発行

新年度がスタートして、一ヶ月が経ちました。新型コロナウイルスの影響で、園でも緊張感を持って日々の保育に取り組んでいるところです。子どもたちが安心して楽しく過ごせるよう十分配慮しながら取り組んでいきたいと思ひます。 バランスの良い食事を摂り、免疫力をつけ、コロナウィルスに負けないよう頑張りましょう!!



5月5日は「こどもの日」。こいのぼりを揚げたり人形を飾ったりして、子どもたちが大きくなったことをお祝いし、これからも元気にすくすくと育ちますようにと願う日です。こどもの日に食べるかしわもちは、子どもを思う親の気持ちを新芽が伸びるまで地面に落ちないカシワの葉に例えて、子孫繁栄と縁起を担いでいるのです。また、ちまきには悪いものから守ってくれる力があるといわれています。一つ一つに大事な意味が込められています。子どもたちにも行事を通して意味や由来も伝えていきたいと思ひます。

旬の食材を味わおう!

みずみずしく、やわらかい新じゃがいもには、塩ゆで、煮物など、丸ごと食べるのがおすすめです。買う時は、皮が薄く全体に張りがあるものを選びましょう。

水分が多く保存がきかないので、早めに食べましょう。

(じゃがいもの煮物)



やわらかくて甘い人参は、この時期にしか味わえないおいしさです。皮の部分に多くのβカロチンが含まれているので、できるだけ、薄く皮をむきましょう。

スティックやサラダ、煮物に!!



(人参しりしり)

手洗いで感染予防!!



日	曜	献立	AM おやつ	PM おやつ					
1	金	豚肉の生姜焼き・マカロニサラダ	牛乳・くだもの	スキム・卵ボーロ					
2	土	ドライカレー・キャベツのささめ和え	牛乳・クラッカー	お茶・おにぎり					
3	日	憲法記念日							
4	月	みどりの日							
5	火	こどもの日							
6	水	振替休日							
7	木	肉じゃが・納豆和え	牛乳・ホットケーキ	お茶・フルーツヨーグルト					
8	金	チキン南蛮漬け・カラフルサラダ	牛乳・おかき	スキム・かしわ餅					
9	土	ナポリタンスパゲティ・野菜サラダ	牛乳・ビスケット	お茶・おにぎり					
10	日	母の日							
11	月	豚汁・ひき割り納豆・いんげんの胡麻和え			牛乳・いりこ	スキム・お好み焼き			
12	火	鯖の味噌煮・ポテトサラダ			牛乳・チーズ	茶・抹茶饅頭			
13	水	和風ミートローフ・ジャコサラダ	お茶・ヨーグルト	スキム・パン					
14	木	かき揚げ・浅漬け	牛乳・ジャムパン	スキム・ドーナツ					
15	金	栄養きんぴら・りんごサラダ	牛乳・ビスケット	飲むヨーグルト・クッキー					
16	土	焼きそば・きのこスープ	牛乳・クラッカー	お茶・おにぎり					
17	日								
18	月					けんちん汁・ししゃもフライ	牛乳・いりこ	スキム	
19	火					魚のカレーフリッター・大根サラダ	牛乳・チーズ	お茶・みそ団子	
20	水	切干大根の炒め煮・しゅうまい	お茶・ヨーグルト	スキム・サンドイッチ					
21	木	スパニッシュオムレツ・スパゲティサラダ	牛乳・トマト	スキム・人参ゼリー					
22	金	高野豆腐の卵とじ・たたきごぼう	牛乳・くだもの	スキム・クッキー					
23	土	焼きビーフン・卵スープ	牛乳・おかき	お茶・おにぎり					
24	日								
25	月					タイピーエン・チキンバー・おかか和え	牛乳・いりこ	スキム・ココアドーナツ	
26	火					誕生会メニュー (お弁当はいりません)	牛乳・チーズ	飲むヨーグルト・ボーロ	
27	水	栄養サラダ・鶏肉のマーマレード煮	お茶・ヨーグルト	スキム・パン					
28	木	すり身の栄養揚げ・トマト若芽の酢の物	牛乳・フレンチトースト	スキム・アメリカンドッグ					
29	金	肉味噌キャベツ・里芋サラダ	牛乳・くだもの	お茶・どら焼き					
30	土	親子丼・浅漬け	牛乳・かりんとう	お茶・おにぎり					
31	日								

※AM おやつは桃・たんぽぽ組のみです。
※都合によりメニューの変更もあります。

※毎日、汁物・果物が付きます。