

5がつのこんだて



東広島市立木谷保育所
令和6年5月
tel(0846)45-4322

日にち	ようび	あさおやつ	きゅうしょく	3じおやつ
1	すい	ふっきー	びーんずかれー はるさめさらだ ばなな	かぶとぱい
2	もく	はるのえんそく 		
7	か	おにぎり	しろみざかなのふらい そえやさい そうめんじる ぱいなっふる	きゃろっとむしぱん
8	すい	まかろにあべかわ	にくだんごとやさいのにももの かいそうさらだ ばなな	ぐらたん
9	もく	ちーずさんど	えびといものてんぷら そえやさい わかたけじる かんきつ	ぎゅうにゅうくずもち
10	きん	ほっとけーき	ぶたにくとやさいのごまいため しらすあえ めろん	だいずのぎすけに
11	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
13	げつ	みたらしまかろに	とりにくのいそべあげ そえやさい ひじきのいりに かんきつ	れあよーぐるとけーき
14	か	じゃむさんど	かつおのたつたあげ そえやさい とまとすーぷ ばなな	ごまとじゃこのおにぎり いりこ
15	すい	ばなな	こうやどうふとやさいのうまに おかかあえ ぱいなっふる	ゆでそらまめ あられ
16	もく	くらっかーさんど	はんぱーぐ そえやさい みるくすーぷ めろん	ふれんちとーすと
17	きん	びすこ	しるなしたんたんめん こーるすろーさらだ ばなな	もりのまふいん
18	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
20	げつ	ほっとけーき	あげどうふのわふうあんかけ とんじる ぱいなっふる	らっしー くっきー
21	か	まかろにあべかわ	ぎゅうたまごとじどん しんごぼうのさらだ かんきつ	かるしうむくらっかー
22	すい	こーんふれーく	こんげつのおたのしみきゅうしょく 	
23	もく	ばなな	はっしゅどみーとぼーる かりぼりさらだ ぱいなっふる	けーくされ
24	きん	ちーずさんど	とりにくのねぎみそかけ そえやさい だいこんのにももの めろん	かりんとう
25	ど	よーぐると	ぱん みにぜりー	
27	げつ	くらっかーじゃむ	あつあげちゃんぷるー なます ぱいなっふる	しろくまちゃんのほっとけーき くつきんぐ
28	か	よーぐると	あげざかなのたべきりぱんのうそーす なめこじる ばなな	みかんぜりー
29	すい	ばなな	いたりあんすぱげていー こーるすろーさらだ かんきつ	おにぎり いりこ
30	もく	きなこすこーん	はっぼうさい ひじきさらだ ももかん	こざかなふらいどぽてと
31	きん	びすこ	みそかつ そえやさい すましじる めろん	やきそば



進級・入所式からあっという間の1か月でした。こどもたちも新しい生活に慣れはじめてきました。今までの緊張感が緩んで疲れが出てくる時期でもあります。疲労回復のためにも十分な睡眠とバランスのとれた食事が大切です。そして規則正しい生活を心がけ、元気に楽しく過ごしましょう。



※2日の春の遠足の日はお弁当の準備をよろしくお願いします。おやつは保育所で用意します。
 ※今月19日が日曜日なので、は食育の日の献立は17日です。
 ※22日の楽しみ給食の日は、はしのみ持参してください。
 ※27日はホットケーキクッキングをします。幼児組さんは三角巾・エプロン・マスクの用意をお願いします。
 ※食材の都合により、献立が変更になることがあります。

今月の栄養素の平均値	
3才以上児	
エネルギー	556kcal
たんぱく質	21.5g
食塩	1.3g
3才未満児	
エネルギー	528kcal
たんぱく質	20.1g
食塩	1.2g

今年度は、絵本に載っているおかずやおやつの献立を入れていきます。
 今月は27日の「しろくまちゃんのほっとけーき」です。