



日	曜日	3歳未満児 午前のおやつ	副食	食	3歳未満児のみ	午後のおやつ
1	金	牛乳 せんべい	鯉のぼり型ハンバーグ チーズポテト いちご 農家のスープ		ごはん	お茶 ミニたい焼き
2	土	お茶 お菓子	カレーライス ミートボール 里芋の煮物 果物 お茶		ごはん	果汁 お菓子
4	月		(祝) 憲法記念日			
5	火		(祝) 子どもの日			
6	水		(祝) 振替休日			
7	木	牛乳 さくふわせんべい	鯉の塩焼き 三色サラダ パイン缶 かぼちゃのみそ汁		ごはん	牛乳 ミニのりすけ
8	金	牛乳 せんべい	鶏肉のマーマレード焼き もやしのナムル 小松菜のみそ汁		ごはん	牛乳 こめ棒くん
9	土	お茶 お菓子	カレーライス ミートボール 里芋の煮物 果物 お茶		ごはん	果汁 お菓子
11	月	牛乳 おかき	ミートスパゲッティ ナゲット もやしのスープ		ごはん	牛乳 塩せんべい
12	火	牛乳 野菜ビスケット	鶏肉のから揚げ アスパラソテー 玉ねぎのみそ汁		ごはん	牛乳 豆乳ケーキ ☆
13	水	牛乳 クラッカー	さばのみそ煮 ブロッコリーサラダ チーズ 春雨のスープ		ごはん	豆乳プリン カルシウムせんべい
14	木	ヨーグルト	カレーライス ウィンナー パインサラダ お茶		ごはん	牛乳 星たべよ
15	金	牛乳 こめ棒くん	たらのごまみそ焼き 華風和え ココロ野菜のスープ		ごはん	牛乳 鉄サブレ
16	土	お茶 お菓子	カレーライス ミートボール 里芋の煮物 果物 お茶		ごはん	果汁 お菓子
18	月	牛乳 せんべい	魚の竜田揚げ アスパラのごまマヨネーズ えのきのみそ汁		ごはん	牛乳 ラスク
19	火	牛乳 おかき	ピザ風豆腐バーグ ブロッコリーのおかか和え じゃが芋のみそ汁		ごはん	牛乳 せんべい
20	水	牛乳 やわらかおかき	名水ポークの生姜焼き マカロニサラダ 大根のみそ汁		ごはん	牛乳 ジャムサンド ☆
21	木	牛乳 胚芽クッキー	麻婆豆腐 フライドポテト ミニトマト わかめスープ		ごはん	牛乳 野菜コンソメリング
22	金	牛乳 さくさくポーロ	鶏肉のごまからめ スパゲッティサラダ けんちん汁		ごはん	牛乳 水族館クッキー
23	土	お茶 お菓子	カレーライス ミートボール 里芋の煮物 果物 お茶		ごはん	果汁 お菓子
25	月	果汁 せんべい	中華風炊き込みご飯 豆腐と野菜のナゲット ミニトマト ーロゼリー すまし汁	中華風たきこみ ごはん		牛乳 クレープ
26	火	牛乳 クラッカー	鶏肉のパンパンジュー焼き ドレッシング和え じゃが芋のみそ汁		ごはん	牛乳 かりんとう
27	水	牛乳 おかき	高野豆腐フライ 春雨の酢の物 豚汁		ごはん	牛乳 じゃこピザ ☆
28	木	ヨーグルト	えんどう豆のかくれんぼ わかめごま炒め パイン缶 ワンタンスープ		ごはん	牛乳 ぼたぼた焼き
29	金	牛乳 さくさとあられ	魚のマヨネーズ焼き フレンチサラダ ほうれん草のみそ汁		ごはん	牛乳 堅焼きせんべい (未) ソフトせんべい
30	土	お茶 お菓子	カレーライス ミートボール 里芋の煮物 果物 お茶		ごはん	果汁 お菓子

*都合により献立を変更することがあります。25日は、誕生会メニューの予定です。

☆印は手作りおやつです。

入園・進級して1か月が過ぎました。少しずつ新しい環境に慣れ、活発に過ごしているように見える子供たちですが、少し疲れが出てくる時期でもあります。バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、元気に過ごせるように体調管理をしていきましょう。

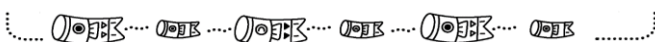


5月5日は「こどもの日」

「こどもの人格を重んじこどもの幸福をはかるとともに母に感謝する日」として「こどもの日」が国民の祝日に定められました。

こどもの日の象徴として「こいのぼり」を飾りますが、人生の中でぶつかる難関も突破し、成長して出世して欲しいという願いを込めて、掲げるようになったと言われています。

5月1日は「こどもの日メニュー」です。こいのぼり型のハンバーグやかかしわ餅を食べて、元気にゴールウィークを過ごしましょう！



苦手な食べ物でも一口チャレンジしてみよう！

食べ物の味を識別するのは味覚の働きです！味覚は主に舌の上にある味蕾というところで感じます。実は、食べ物を美味しい！と感じるかどうかは、これまでに食べた味の記憶を頼りにしています。そのため、離乳期から様々な味を体験し、味覚の幅を広げておくことが大切になります。

味の基本は5つあります。特に酸味や苦味が苦手な子もいますが、おいしく食べられた経験を重ねる事で食べられるようになってくるので、いろいろな味付けや食材にチャレンジしていきましょう！そして、一口でも食べられたらたくさん褒めてあげましょう

