

月	火	水	木	金	土
				1 魚のきのこあんかけ・チーズ入りポテトサラダ・すまし汁・みかん 9時:牛乳・ポーロ 3時:スイートパンブキン	2 ビーフシチュー・福神漬け・ホーレン草サラダ・バナナ 9時:牛乳・あられ 3時:自家製のむヨーグルト・シュガーパン
4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 振替休日 	7 豚肉とキャベツの中華煮・ナムル・ワカメスープ・イチゴ 9時:牛乳・せんべい 3時:牛乳・ハムチーズ蒸しパン	8 ツナと豆腐のナゲット・ミニトマト・野菜のそぼろ和え・新たまねぎのスープ・バナナ 9時:牛乳・クッキー 3時:マカロニきな粉	9 かしわ汁・カニかま入り酢の物・ニラとハムの卵とじ・リンゴ 9時:牛乳・ビスコ 3時:自家製のむヨーグルト・メロンパン
11 けんちん汁・刻み昆布とツナのキンピラ風・春野菜のドレッシング和え・バナナ 9時:牛乳・ウエハース 3時:肉うどん	12 松風焼き・もやしと春雨の酢の物・すまし汁・リンゴ 9時:自家製のむヨーグルト・あられ 3時:牛乳・スイートポテト	13 厚揚げと豚肉のおかか炒め・わかめとコーンのサラダ・カロチンスープ・イチゴ 9時:牛乳・ビスコ 3時:牛乳・ピザトースト	14 じゃが芋とベーコンの仲良し煮・ゆかり和え・味噌汁・バナナ 9時:牛乳・ポーロ 3時:オレンジ寒天	15 唐揚げ・ポイル野菜・エリンギとベーコンのかりかりサラダ・若竹汁・みかん 9時:牛乳・せんべい 3時:フルーツヨーグルト	16 親子丼・漬け物・ブロッコリーのゴマしょうゆ和え・イチゴ 9時:牛乳・ウエハース 3時:自家製飲むヨーグルト・ミルクパン
18 鶏肉とカブの味噌シチュー・ウインナーとキャベツの卵とじ・ビーンズサラダ・バナナ 9時:牛乳・クッキー 3時:牛乳・芋まんじゅう	19 魚のチャンチャン焼き・ちくわともやしの和え物・沢煮椀・みかん 9時:自家製のむヨーグルト・ウエハース 3時:牛乳・きな粉団子	20 焼き肉風炒め・小松菜とささみのゴママヨ和え・ニラと卵のトロトロスープ・りんご 9時:牛乳・あられ 3時:牛乳・チョコケーキ	21 そぼろ肉じゃが・ツナとコーンの酢の物・すまし汁・バナナ 9時:牛乳・ポーロ 3時:和風きのこパスタ	22 魚のタルタルソース・ミニトマト・和風サラダ・すまし汁・みかん 9時:牛乳・せんべい 3時:スイートおじゃが	23 ハヤシライス・福神漬け・スパゲティーサラダ・バナナ 9時:牛乳・ビスコ 3時:自家製のむヨーグルト・パインパン
25 牛丼・漬け物・南瓜の煮つけ・リンゴ 9時:牛乳・あられ 3時:たけのご飯	26 豚肉のパン粉焼き・青菜の磯辺和え・すまし汁・バナナ 9時:自家製飲むヨーグルト・ビスコ 3時:牛乳・黒糖入り蒸しパン	27 ブルコギ・中華風和え・ワカメスープ・みかん 9時:牛乳・ポーロ 3時:リンゴゼリー	28 魚の味噌煮・ササミ入り和え物・すまし汁・イチゴ 9時:牛乳・せんべい 3時:牛乳・手作りパン	29 麻婆茄子・春雨酢の物・青梗菜とカニのスープ・バナナ 9時:牛乳・ウエハース 3時:フルーツポンチ	30 チキンカレー・福神漬け・南瓜サラダ・イチゴ 9時:牛乳・クッキー 3時:自家製飲むヨーグルト・チョコパン

いただきます ごちそうさま

「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、はじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



今月の季節のおやつは、5/25(月) たけのご飯です。



## はしのもちかた

- えんぴつのようにはしを1ぼんもち
- もう1ぼんのはしをおやゆひのつけかへこすりゆひのきまでとる
- うえのはしだけうかがす

## ちまきと柏餅

5月5日はこどもの日で「端午の節句」。もともと中国から伝わった五節句の一つで、ちまきや柏餅を食べます。ちまきは中国の聖人「屈原」の忌日が5月5日にあたり、とむらうためにお米を笹で巻いて蒸したものを供えたのが始まりといわれています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。

