

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
納豆汁・しらたきのきん びら・いちご	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	唐揚げ・ポイルブロッ コリー・もやしの中華和 え・白菜の味噌汁・オレ ンジ	中華丼・たくあん・わか めとコーンのサラダ・パ ナナ
【◎時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【◎時】牛乳・バナナコ コアカップケーキ				【◎時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【◎時】牛乳・こいのぼ りクッキー	【◎時】 ①牛乳・ビスコ ②牛乳・歌舞伎揚げ 【◎時】飲むヨーグル ト・ミルクスティックパ ン
ハヤシライス・福神漬 け・ブロッコリーのゴマ 醤油和え・パイナップル	ミートローフ・ポイル キャベツ・マロニーの酢 の物・厚揚げの味噌汁・ リンゴ	豚肉とアスパラの炒め 物・和風サラダ・すまし 汁・キウイ	鶏肉のガーリック炒め・ キャベツとちくわのおか か和え・トマトスープ・ バナナ	魚のフライ・ミニトマ ト・紅白なます・新玉葱 の味噌汁・いちご	のっぺい汁・アスパラと エリンギのバター炒め・ オレンジ
【◎時】 ①牛乳・バタークラッ カー ②牛乳・黒かりんとう 【◎時】皿うどん	【◎時】 ①飲むヨーグルト・ハー ベスト ②飲むヨーグルト・星た べよ 【◎時】牛乳・いもち	【◎時】 ①牛乳・満月えびせん ②牛乳・かすてらぼーろ 【◎時】牛乳・ホット ケーキ	【◎時】 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・バタークラッ カー 【◎時】いなり寿司	【◎時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【◎時】リンゴゼリー	【◎時】 ①牛乳・バタークラッ カー ②牛乳・黒かりんとう 【◎時】飲むヨーグル ト・クリームパン
豆乳ポトフ・パン・ホー レン草ソテー・リンゴ	魚の西京焼き・ポイルブ ロッコリー・ワカメの酢 の物・すまし汁・パイ ナップル	五目豆・中華風和え・豆 腐とえのきの中華スー プ・オレンジ	ブルコギ・コールスロ ーサラダ・すまし汁・いち ご	なかよし遠足	牛丼・たくあん・チロリ アンサラダ・キウイ
【◎時】 ①牛乳・満月えびせん ②牛乳・歌舞伎揚げ 【◎時】ピラフ	【◎時】 ①飲むヨーグルト・ハーベ スト ②飲むヨーグルト・きなこ せんべい 【◎時】牛乳・おからクッ キー	【◎時】 ①牛乳・バタークラッ カー ②牛乳・ミニサラダ 【◎時】ミートスパゲッ ティ	【◎時】 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・かすてらぼーろ 【◎時】牛乳・おふラス ク	【◎時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【◎時】カルピスポンチ	【◎時】 ①牛乳・ビスコ ②牛乳・醤油せんべい 【◎時】飲むヨーグル ト・コーンパン
カレーライス・福神漬 け・小松菜とささみのゴ マヨサラダ・リンゴ	ジャーマンポテト・ひじ きの酢の物・なめこの味 噌汁・キウイ	高野豆腐の卵とじ・シー チキンサラダ・もずく スープ・パイナップル	麻婆ナス・キャベツの和 え物・すまし汁・バナナ	魚のきのこあんかけ・海 藻サラダ・じゃが芋の味 噌汁・いちご	鶏団子スープ・ゆかりご 飯・カニカマ入り酢の 物・オレンジ
【◎時】 ①牛乳・満月えびせん ②牛乳・黒かりんとう 【◎時】牛乳・石垣もち	【◎時】 ①飲むヨーグルト・バター クラッカー ②飲むヨーグルト・歌舞 伎揚げ 【◎時】牛乳・ちんすこう	【◎時】 ①牛乳・星たべよ ②牛乳・ハーベスト 【◎時】たこ焼き	【◎時】 ①牛乳・きなこせんべい ②牛乳・バタークラッ カー 【◎時】牛乳・パンブ ディング	【◎時】 ①牛乳・お菓子 ②牛乳・お菓子 【◎時】牛乳寒天	【◎時】 ①牛乳・かすてらぼーろ ②牛乳・醤油せんべい 【◎時】飲むヨーグル ト・メロンパン
腸活味噌汁・じゃことお かかの甘辛炒め・小松菜 の炒め物・リンゴ	サーモンのチーズ焼き・ ポイル野菜・きゅうりと エビのマリネ・オニオン スープ・バナナ				
【◎時】 ①牛乳・満月えびせん ②牛乳・ぼたぼた焼き 【◎時】チヂミ	【◎時】 ①飲むヨーグルト・パ タークラッカー ②飲むヨーグルト・歌舞 伎揚げ 【◎時】牛乳・黒糖蒸し パン				



今月の季節の野菜はアスパラです
5月11日(水)

豚バラとアスパラの炒め物

今月のケーキは
5月2日(月)

バナナココアカップケーキ



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、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



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、とむらうたぬにお米を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。

