

5月献立表

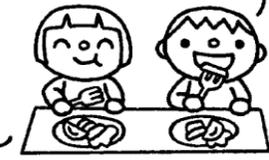
令和7年度

神楽保育所

日	曜日	全 児 童			3歳未満児			日	曜日	全 児 童			3歳未満児		
		昼食		3時おやつ	10時おやつ		昼食			昼食		3時おやつ	10時おやつ		昼食
1	木	さばの香味焼き きんぴらごぼう	みそ汁 くだもの	牛乳 やきそば	牛乳	ごはん	19	月	おとしあげ 切り干し大根のサラダ	みそ汁 くだもの	ミニラーメン	牛乳	ごはん		
2	金	鶏肉の照り焼き キャベツのサラダ	マカロニスープ くだもの	牛乳 大学芋	牛乳	レーズンパン	20	火	たらのムニエル かぼちゃサラダ	コンスープ くだもの	お茶 チャーハン	牛乳	食パン		
7	水	豆腐と青菜のチャンプルー ごま酢あえ	みそ汁 くだもの	牛乳 型抜きクッキー	牛乳	ごはん	21	水	かみなり豆腐 梅かつおあえ	みそ汁 くだもの	牛乳 ボンデケージョ	牛乳	ごはん		
8	木	チキンナゲット しらすあえ	みそ汁 くだもの	牛乳 二色サンド	牛乳	ごはん	22	木	カレーライス ブロッコリーのサラダ	白菜スープ くだもの	牛乳 マシュマロクリスピー	牛乳	ヤクルト 誕生会		
9	金	八宝菜 拌三絲	中華スープ くだもの	牛乳 あずき蒸しパン	牛乳	ごはん	23	金	野菜あんかけ卵焼き アスパラソテー	すりみ団子汁 くだもの	牛乳 シュガーラスク	牛乳	ごはん		
10	土	きつねうどん チーズ	くだもの	牛乳 ふかし芋	牛乳		24	土	塩やきそば チーズ	中華スープ くだもの	牛乳 たべっこどうぶつ	牛乳			
12	月	豚肉の柳川風 チンゲン菜ともやしのみめたけあえ	みそ汁 くだもの	牛乳 もちもちドーナツ	牛乳	ごはん	26	月	豚肉のショウガ焼き あさりのあえもの	みそ汁 くだもの	牛乳 マーブルケーキ	牛乳	ごはん		
13	火	鮭のレモン焼き マカロニサラダ	たまごスープ くだもの	牛乳 チーズおかかおにぎり	牛乳	米粉パン	27	火	ミートローフ フレンチサラダ	青菜のミルクスープ くだもの	牛乳 カリカリ梅おにぎり	牛乳	黒パン		
14	水	ぎせい豆腐 ごまあえ	みそ汁 くだもの	牛乳 じゃがバター	牛乳	ごはん	28	水	ほっけの照り焼き 大根とハムのあえもの	みそ汁 くだもの	牛乳 コーンおやき	牛乳	ごはん		
15	木	鶏肉のトマト煮 ツナサラダ	コンソメスープ くだもの	牛乳 おからマフィン	牛乳	ごはん	29	木	鶏肉のパンパンジー焼き ほうれん草のバター炒め	みそ汁 くだもの	牛乳 ツナトースト	牛乳	ごはん		
16	金	ほっけのごまみそ焼き 納豆あえ	すまし汁 くだもの	牛乳 ダブルチーズトースト	牛乳	ごはん	30	金	すり身ハンバーグ 炒り卵あえ	みそ汁 くだもの	牛乳 じゃがいものちぢみ	牛乳	ごはん		
17	土	和風スパゲティ 枝豆	かぶのスープ くだもの	牛乳 かっぱえびせん	牛乳		31	土	みそ野菜ラーメン 枝豆	くだもの	牛乳 せんべい	牛乳			

朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べると脳や体にエネルギーが補給され、体温が上昇します。これにより、脳の動きが活発になり、体を目覚めさせ、スムーズに活動ができるようになります。また、胃や腸に食べ物が入ることで腸の動きが高まり、排便しやすくなるなど、いいことがたくさんあります!



食事の前に・・・

あいさつをしよう

「いただきます」と「ごちそうさま」とは、命のある食べ物をいただくことや、収穫や調理をしてくれた人への感謝の気持ちを込めて言う言葉です。感謝の気持ちを忘れずにあいさつしましょう。

手を洗おう

食事の前は、ハンドソープ（せっけん）を使って、手を洗いましょう。手のひら、手の甲、指の間、爪の先も忘れずにしっかり洗いましょう。

5日こどもの日

6 手を洗おう



2 朝ごはんを
食べよう



5月5日はこどもの日、端午の節句とも言い、男の子の節句です。



家に鯉のぼりを立てたり、五月人形を飾ったりして男の子の成長を祈ります。ちまきやかしわもちを食べて祝い、菖蒲（しょうぶ）やよもぎを使って、病気や災い、厄を払います。平安時代に貴族の間で取り入れられ、その後、広まったと言われています。



*行事・物資の都合等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。