

5月献立表

令和8年度

神楽保育所

日	曜日	全 児 童				日	曜日	全 児 童									
		3歳未満児		3歳未満児				3歳未満児		3歳未満児							
		昼食		3時おやつ		10時おやつ		昼食		3時おやつ		10時おやつ		昼食			
1	金	豆腐のケチャップ煮	みそ汁	牛 乳		18	月	いり豆腐	みそ汁	牛 乳		18	月	いり豆腐	みそ汁	牛 乳	
		キャベツのサラダ	くだもの	大豆入りかりんとう	牛 乳			切り干し大根のサラダ	くだもの	ジャムサンド	牛 乳			切り干し大根のサラダ	くだもの	牛 乳	ごはん
2	土	きつねうどん	くだもの	牛 乳		19	火	たらのムニエル	たまごスープ	牛 乳		19	火	たらのムニエル	たまごスープ	牛 乳	
		あえもの	くだもの	ビスコ	牛 乳			ポテトサラダ	くだもの	チーズおかかおにぎり	牛 乳			ポテトサラダ	くだもの	牛 乳	バターパン
7	木	チキンカツ	コンソメスープ	牛 乳		20	水	卵焼き	みそ汁	牛 乳		20	水	卵焼き	みそ汁	牛 乳	
		ごまじゃこサラダ	くだもの	あずき蒸しパン	牛 乳			アスパラソテー	くだもの	ボンデケーキ	牛 乳			アスパラソテー	くだもの	牛 乳	ごはん
8	金	八宝菜	みそ汁	牛 乳		21	木	松風焼き	すりみ団子汁	牛 乳		21	木	松風焼き	すりみ団子汁	牛 乳	
		拌三絲	くだもの	シュガーラスク	牛 乳			梅かつおあえ	くだもの	コーンおやき	牛 乳			梅かつおあえ	くだもの	牛 乳	ごはん
9	土	みそ野菜ラーメン	くだもの	牛 乳		22	金	ポークカレー	白菜スープ	牛 乳		22	金	ポークカレー	白菜スープ	牛 乳	
		枝豆	くだもの	ふかし芋	牛 乳			ブロッコリーの中華あえ	くだもの	ケーキ	牛 乳			ブロッコリーの中華あえ	くだもの	牛 乳	誕生会
11	月	豚肉の柳川風	みそ汁	牛 乳		23	土	塩やきそば	中華スープ	牛 乳		23	土	塩やきそば	中華スープ	牛 乳	
		ごまあえ	くだもの	アップルパイ	牛 乳			枝豆	くだもの	フルーツヨーグルト	牛 乳			塩やきそば	中華スープ	牛 乳	
12	火	鮭のレモン焼き	キャベツのスープ	牛 乳		25	月	豚肉のショウガ焼き	みそ汁	牛 乳		25	月	豚肉のショウガ焼き	みそ汁	牛 乳	
		マカロニサラダ	くだもの	梅じゃこおにぎり	牛 乳			チーズ納豆	くだもの	大学芋	牛 乳			豚肉のショウガ焼き	みそ汁	牛 乳	ごはん
13	水	かみなり豆腐	みそ汁	牛 乳		26	火	ミートローフ	コンソメスープ	牛 乳		26	火	ミートローフ	コンソメスープ	牛 乳	
		炒り卵あえ	くだもの	いももち	牛 乳			フレンチサラダ	くだもの	お茶	牛 乳			炒り卵あえ	くだもの	牛 乳	レーズンパン
14	木	鶏肉のトマト煮	コンソメスープ	牛 乳		27	水	ぎせい豆腐	みそ汁	牛 乳		27	水	ぎせい豆腐	みそ汁	牛 乳	
		ツナサラダ	くだもの	おからマフィン	牛 乳			ほうれん草のバター炒め	くだもの	きなこトースト	牛 乳			ツナサラダ	くだもの	牛 乳	ごはん
15	金	ほっけのごまみそ焼き	すまし汁	牛 乳		28	木	さけの照り焼き	みそ汁	牛 乳		28	木	さけの照り焼き	みそ汁	牛 乳	
		納豆あえ	くだもの	フレンチトースト	牛 乳			酔のもの	くだもの	マーブルケーキ	牛 乳			納豆あえ	くだもの	牛 乳	ごはん
16	土	スパゲティナポリタン	コンソメスープ	牛 乳		29	金	すり身ハンバーグ	みそ汁	牛 乳		29	金	すり身ハンバーグ	みそ汁	牛 乳	
		チーズ	くだもの	キャラメルコーン	牛 乳			たまごサラダ	くだもの	じゃがいものちぢみ	牛 乳			チーズ	くだもの	牛 乳	ごはん
						30	土	しょうゆ野菜ラーメン	くだもの	牛 乳		30	土	しょうゆ野菜ラーメン	くだもの	牛 乳	
								枝豆	くだもの	せんべい	牛 乳					牛 乳	

正しい手のあらい方※

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。



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。脳の動きが活発になり、体が目覚め、元気に活動ができるようになります。胃や腸が動くことで、排便を促す効果もあります！大人も子どもも、朝ごはんを食べるといいことがいっぱいあります。

食事のあいさつをしよう

「いただきます」「ごちそうさま」は、ただの合図ではなく、命をいただくこと、そして、食に関わる全ての人へ感謝する意味があります。毎日の食事の時間に少しずつ、子ども達に伝えていきましょう。



5日は端午の節句

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。ちまきやかかしもちを食べて祝い、よもぎを使って、病気や災いを払います。平安時代にはじまったと言われてます。

*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。