

5月

甲南山手保育園

献立表



普通食

※月齢の低い1歳児には、食事は考慮しています。

月	火	水	木	金	土
《 お誕生会 》 サンドイッチ (ツナ・チーズ・卵・きゅうり) ミートローフ はちみつレモントマト コーンスープ バナナ		1	2	3	4
		即位の日	休日	憲法記念日	みどりの日
6	7	8	9・プール	10・絵本の世界	11
振替休日	子どもの日 お楽しみメニュー (2歳まで抹茶蒸しパン 3歳〜柏もち)	ごはん 豆腐と豚肉のうま煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 (白ねぎ) りんご (きなこ寒天・お菓子)	パン チキンクリームシチュー ブロッコリーのサラダ あまなつ (そばめし)	ごはん 鯖の竜田揚げ あらめ炒め 味噌汁 (そうめん) りんご (ぐりとぐらのカステラ)	豚肉丼 味噌汁 (じゃが芋) バナナ (お菓子)
13	14	15	16・プール	17	18
ごはん 鮭の塩焼き キャベツのサラダ 味噌汁 (えのき) あまなつ (浮島)	ごはん <small>新じゃがとスナップエンドウのうま煮</small> ほうれん草の柚香和え 味噌汁 (ひじき) りんご (フルーツヨーグルト)	ごはん えびの甘酢あんかけ 青梗菜の胡麻和え 春雨スープ バナナ (カルピスゼリー・お菓子)	キーマカレー マカロニサラダ りんご (チーズ蒸しパン)	お弁当日 (フライドポテト)	肉うどん キャベツのおかか和え りんご (抹茶蒸しパン)
20	21	22	23	24	25
ごはん 鶏の治部煮 アスパラの和え物 味噌汁 (白ねぎ) りんご (フルーツゼリー・お菓子)	ごはん 豚肉のしょうが炒め 小松菜ときのこのサラダ 味噌汁 (豆腐) あまなつ (にんじんケーキ)	ひじきごはん 鯖の浸け焼き さつま芋の煮物 味噌汁 (わかめ) りんご (ビーフン)	ごはん 麻婆豆腐 もやし和え物 たまごスープ バナナ (ココアケーキ)	ごはん 野菜炒め きんぴらごぼう 味噌汁 (えのき) りんご (まぜこみいなりすし)	運動会
27	28	29	30	31	
ごはん 鶏肉とキャベツの味噌炒め 切干大根煮 すまし汁 (そうめん) あまなつ (ココアミルクゼリー・お菓子)	ごはん 鰯のつゆ浸し ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 (豆腐) りんご (冷やしうどん)	お誕生会 (お楽しみケーキ)	ごはん 鶏の照り焼き キャベツの甘酢和え 味噌汁 (しめじ) りんご (プリン・お菓子)	ごはん ひじき入り豆腐ハンバーグ 小松菜の煮びたし 味噌汁 (じゃが芋) バナナ (きなこマカロニ)	

※食材の都合により変更することがあります。

♪食事について♪

クラスが変わり、一緒に食べるメンバーが新しくなりました。
 落ち着かない様子もありますが、少しずつ雰囲気にも慣れてきてるようです。
 初めての保育園での食事を、お友だちと一緒に楽しんで食べてくださいね(*^_^*)
 また今の季節は暖かくなり、とても体を動かしやすいです。
 お外で走ったりお出かけも多くなるかと思いますが、こまめな水分補給をしっかりと行い、
 脱水には十分気を付けてくださいね！

★☆5月の旬の食材☆★

春キャベツ・アスパラガス・新じゃが芋・新ごぼう・スナップエンドウ・トマト・きゅうり・・・
 初カツオ・サワラ・イワシ・アジ・ニシン・・・
 メロン・さくらんぼ・びわ・あまなつ・夏みかん・セミノール・・・



甲南山手保育園 完了期

献立表



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		即位の日	休日	憲法記念日	みどりの日
6	7	8	9	10	11
振替休日	ごはん 牛肉と野菜の煮物 キャベツのおかか和え 味噌汁(豆腐) あまなつ (抹茶蒸しパン)	ごはん 豆腐と豚肉のうま煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(白ねぎ) りんご (きなこ寒天・お菓子)	白パン チキンクリームシチュー ブロッコリーのサラダ あまなつ (そばめし風)	ごはん 鰯の煮付け あらめ炒め 味噌汁(そうめん) りんご (ココア蒸しパン)	豚肉丼 味噌汁(じゃが芋) バナナ (お菓子)
13	14	15	16	17	18
豆ごはん 鮭の塩焼き キャベツのサラダ 味噌汁(えのき) あまなつ (きなこ蒸しパン)	ごはん <small>新じゃがとスナッフスんどうのうま煮</small> ほうれん草の柚香和え 味噌汁(ひじき) りんご (フルーツヨーグルト)	ごはん 鰯の甘酢あんかけ 青梗菜の胡麻和え 春雨スープ バナナ (カルピスゼリー・お菓子)	ごはん 豚肉と野菜の煮物 マカロニサラダ 味噌汁(豆腐) りんご (チーズ蒸しパン)	ごはん 鶏肉の吉野煮 白菜の和え物 味噌汁(玉ねぎ) バナナ (ふかし芋(じゃが芋))	肉うどん キャベツのおかか和え りんご (抹茶蒸しパン)
20	21	22	23	24	25
ごはん 鶏の治部煮 アスパラの和え物 味噌汁(白ねぎ) りんご (フルーツゼリー・お菓子)	ごはん 豚肉のしょうが炒め 小松菜ときのこのサラダ 味噌汁(豆腐) あまなつ (にんじん蒸しパン)	ひじきごはん 鰯の煮付け さつま芋の煮物 味噌汁(わかめ) りんご (ビーフン)	ごはん 麻婆豆腐 もやし和え物 ねぎスープ バナナ (ココア蒸しパン)	ごはん 野菜炒め きんぴらごぼう 味噌汁(えのき) りんご (まぜごはん)	
27	28	29	30	31	
ごはん 鶏肉とキャベツの味噌炒め 切干大根煮 すまし汁(そうめん) あまなつ (ココアミルクゼリー・お菓子)	ごはん 鰯の煮付け ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(豆腐) りんご (冷やしうどん)	サンドイッチ ミートローフ レモンマト コーンスープ バナナ (蒸しパン)	ごはん 鶏の照り焼き キャベツの甘酢和え 味噌汁(しめじ) りんご (ぶどうゼリー・お菓子)	ごはん ひじき入り豆腐ハンバーグ 小松菜の煮びたし 味噌汁(じゃが芋) バナナ (きなこマカロニ)	

離乳食の進め方

離乳食の進め方は、まず心配しすぎないことが大切です。

遅れることを心配しすぎて、マニュアル通りに進めてしまうと、赤ちゃんの成長にあっていないかもしれません・・・。
逆に、慎重になりすぎていつまでもドロドロしたもののばかりだと、アゴの発達が悪くなるなど、赤ちゃんの成長を妨げてしまうことになるかもしれません。



赤ちゃんの咀嚼力を正しく理解して、適切な離乳食を食べさせてあげましょう。

子どもに合わせた食事を食べさせて食事を楽しんでできるようにしましょう。