



みやま保育園 5月のおたより



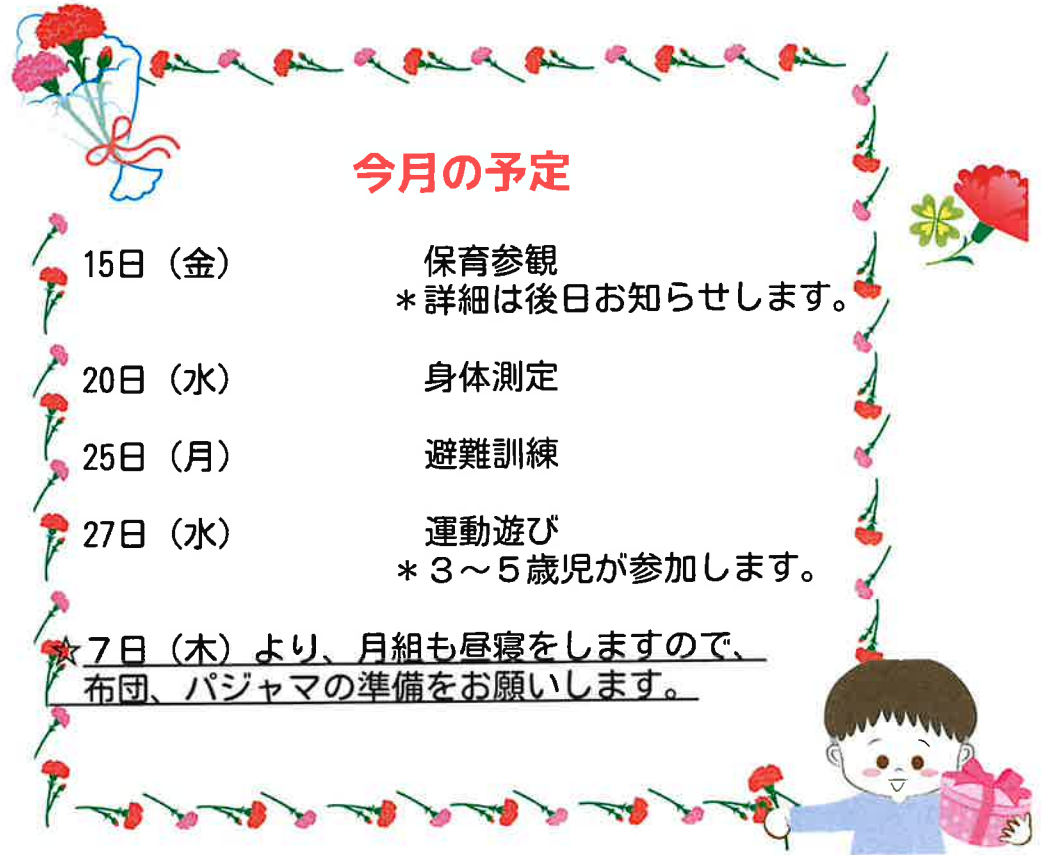
うらかな季節となりました。

こいのぼりが気持ちよく泳ぐ青空の下は新緑まぶしい草木、そして笑顔を輝かせながら子どもたちは園庭を元気いっぱい走り回っています。
 新年度が始まって早いもので1ヶ月。少しずつ新生活に慣れて、お友だちと楽しく過ごしています。
 今月も健康や安全に気を付けて過ごしていきたいと思います。

朝の健康チェック

新しい生活に少しずつ慣れてきた子どもたちですが、それと同時に緊張もほぐれ、疲れが出始める頃です。1日を元気に過ごせるように、毎朝健康チェックをしてはいかがでしょうか。

- 顔色は良いですか？
- スッキリ目が覚めましたか？
- 朝ご飯は食べましたか？
- 機嫌は良いですか？



今月の予定

- 15日 (金) 保育参観
*詳細は後日お知らせします。
- 20日 (水) 身体測定
- 25日 (月) 避難訓練
- 27日 (水) 運動遊び
*3~5歳児が参加します。

★7日(木)より、月組も昼寝をしますので、布団、パジャマの準備をお願いします。

過ごしやすい気候となりました。









朝晩は肌寒く感じられる時もありますが、日中は気温が高く、たくさん汗をかいて逆に風邪をひきやすくなってしまいます。

衣服は調節のしやすい服装でお願いいたします。また、熱中症も心配の季節でもありますので水筒、汗拭きタオルのご用意もお願いいたします。



5月の給食だより

みやま保育園

月	火	水	木	金	土
<p>〔 今月の手作りおやつ 〕</p> <p>5月5日は、みんなの「すくすくデー」です。 空を泳ぐ鯉のぼりのように、元気にぐんぐん大きくなってほしいという日です。ごはんやおかず、やさいをバランスよく食べると、体の中にパワーがたまります。給食をモリモリ食べて子どもの日も、そのあとも元気に過ごしましょう</p>  <p>〔 今月の手作りおやつ 〕</p> <p>フルーツサンド 焼きそば春巻 グミ ちんすこう</p>				<p>1 こいのぼりいない さつき汁</p> <p>ご飯はいりません</p> <p><small>竹輪 ソーセージ 卵 いなりあげ 豆腐 高野 海苔 人参 絹さや 胡瓜 筍 ごぼう 板こんにゃく ごま</small></p>	<p>2 おにぎり弁当 </p> <p>よろしくお願ひします</p>
<p>4</p>  <p>みどりの日</p>	<p>5</p>  <p>5月5日 こどもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p> <p>ふりかえきゅうじつ</p>	<p>7</p> <p>さつま揚げ もずくサラダ</p> <p><small>すり身魚 カニカマ ひじき もずく 人参 テンゲン菜 豆腐 玉葱 枝豆 キャベツ 胡瓜 糸こんにゃく ごま</small></p>	<p>8</p> <p>フルーツサンド</p> <p>麻婆豆腐 切干大根の千切り</p>	<p>9</p> <p>とほろ丼 味噌汁</p> <p><small>鶏ミンチ 卵 豆腐 あげ 人参 ほうれん草 葱 大根 椎茸 ごま</small></p>
<p>11</p> <p>五目卵焼き 春雨の酢の物</p> <p><small>鶏ミンチ ハム 卵 豆腐 チーズ 若布 葱 南瓜 人参 玉葱 しめじ 胡瓜 春雨 ごま</small></p>	<p>12</p> <p>焼きそば春巻</p> <p>肉じゃが ほうれん草と ひじきのサラダ</p> <p><small>牛肉 ハム うずら卵 ひじき 人参 ほうれん草 玉葱 じゃが芋 糸こんにゃく ごま</small></p>	<p>13</p> <p>魚の野菜あんかけ 竹輪のパン粉焼き</p> <p><small>メルルーサ 竹輪 人参 テンゲン菜 玉葱 椎茸 もやし</small></p>	<p>14</p> <p>ハヤシライス ゆで卵 野菜サラダ</p> <p><small>牛肉 ハム 卵 人参 玉葱 しめじ キャベツ 胡瓜 じゃが芋 ごま</small></p>	<p>15</p> <p>保育参観</p> <p>給食はありません</p>	<p>16</p> <p>おにぎり弁当 </p> <p>よろしくお願ひします</p>
<p>18</p> <p>うどん餃子 ひじきのマリネ</p> <p><small>牛ミンチ 豚ミンチ ハム 豆腐 若布 人参 トマト 玉葱 キャベツ しめじ えのき 椎茸 舞茸 ごま</small></p>	<p>19</p> <p>豚肉のチンジャオロース もやしと若布のナムル</p> <p><small>カニカマ 豚肉 ピーマン パプリカ赤・黄 人参 小松菜 筍 もやし 生姜 じゃが芋 ごま</small></p>	<p>20</p> <p>身体計測</p> <p>グミ</p> <p>具たくさんがんも お豆のサラダ</p> <p><small>えび 竹輪 ソーセージ 卵 豆腐 大豆 金時豆 ひじき 人参 葱 ごぼう 生姜 椎茸 胡瓜 枝豆 ごま</small></p>	<p>21</p> <p>ポークビーンズ 三色おひたし</p> <p><small>豚肉 ウインナー 卵 大豆 人参 トマト缶 ブロッコリー ほうれん草 玉葱 しめじ もやし じゃが芋 ごま</small></p>	<p>22</p> <p>魚の塩焼き 胡瓜と竹輪の胡麻酢和え</p> <p><small>鮭 竹輪 若布 人参 胡瓜 じゃが芋 ごま</small></p>	<p>23</p> <p>お好み焼き 味付け海苔</p> <p><small>えび 卵 味付け海苔 人参 葱 キャベツ</small></p>
<p>25</p> <p>すき焼き風煮 胡瓜としらすの酢の物</p> <p><small>しらす 牛肉 豆腐 若布 人参 葱 白菜 玉葱 椎茸 胡瓜 糸こんにゃく 麩 ごま</small></p>	<p>26</p> <p>避難訓練</p> <p>魚の西京焼き 高野の煮物 ポテトサラダ</p> <p><small>鱈 ハム 高野 人参 絹さや 胡瓜 じゃが芋</small></p>	<p>27</p> <p>運動遊び</p> <p>ちんすこう</p> <p>チーズコロッケ スパゲッティナポリタン</p> <p><small>牛ミンチ ベーコン 卵 チーズ 人参 玉葱 キャベツ ピーマン じゃが芋 スパゲッティ</small></p>	<p>28</p> <p>カレー ゆで卵 大根と胡瓜の和え物</p> <p><small>鯉節 合挽きミンチ 卵 大豆 人参 玉葱 胡瓜 大根 じゃが芋 ルウ</small></p>	<p>29</p> <p>豚肉とキャベツのソテー おからサラダ</p> <p><small>豚肉 ハム 卵 おから 人参 ピーマン キャベツ コーン しめじ 胡瓜</small></p>	<p>30</p> <p>おにぎり弁当 </p> <p>よろしくお願ひします</p>

献立名の下には主な食材を記載しています。(赤色 体をつくる食べ物 黄色 カのもとになる食べ物 緑色 体の調子を整える食べ物)

※フルーツは毎日ついています