

5月のこんだて

月	火	水	木	金	土
1日 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え ご飯 果物 ハニークレープ ミルク	2日 野菜のかき揚げ 昆布の煮物 味噌汁 ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	3日 憲法記念日	4日 国民の休日	5日 こどもの日	6日 あんかけ焼きそば
8日 魚のムニエル シンデレラサラダ コンソメスープ ご飯 果物 お好み焼き お茶	9日 鶏肉の香揚げ ゆで野菜 味噌汁 ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	10日 タンドリフィッシュ 豆腐のサンラータン ポシェサラダ ご飯 果物 フルーツ寒天 お菓子	11日 ハムエッグ 野菜サラダ さつま芋ミルクシチュー ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	12日 ちゃんこ汁 納豆 ご飯 果物 ピロシキ ミルク	13日 ドライカレー すまし汁
15日 魚の味噌煮 卵の花煮 すまし汁 ご飯 果物 フライドポテト ミルク	16日 竹の子ご飯 ツナじゃがトマト煮 漬け物 ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	17日 春の遠足 (愛情弁当の日) お菓子	18日 豆腐ハンバーグ 春雨の酢の物 味噌汁 煮豆 ご飯 お菓子 ヨーグルト	19日 魚のホイル焼き ひじきの煮物 豚汁 ご飯 果物 ピッツァ ミルク	20日 ビビンバ わかめスープ
22日 魚のカレー揚げ ほうれん草のツナ和え 味噌汁 ご飯 果物 フルーツパンチ お菓子	23日 筑前煮 アスパラの肉巻き すまし汁 ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	24日 レバーのマリアナソース ブロッコリサラダ ソーメン汁 煮豆 ご飯 黄粉揚げパン ミルク	25日 パーティーの日 手作りカレー ベジタブルサラダ プリンアラモード お菓子 ヨーグルト	26日 団子汁 納豆 ご飯 果物 手作りメロンパン ミルク	27日 冷やし中華
29日 魚の煮付け 小松菜の炒めひたし 味噌汁 ご飯 果物 ポテトドーナツ ミルク	30日 味噌カツ ベジタブルサラダ すまし汁 ご飯 果物 お菓子 ヨーグルト	31日 豆乳クリームシチュー 五目きんぴら ご飯 果物 バナナクレープ ミルク			



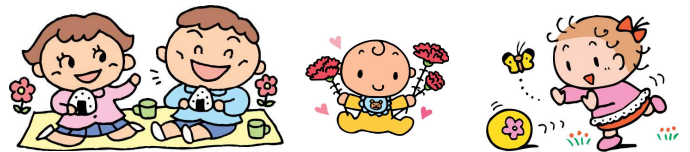
4月のパーティー



楽しみな春の遠足

5月に入り嬉しさから少し開放されたことでしょう。天気の良い日は、保育園の部屋から飛び出して、園庭や小学校の周りにお散歩に出かけたくくなりますね。私たちの保育園では、子どもたちより先生方のほうが、どこに出かけようかとワクワク楽しみにしています。

17日は、春の遠足です。お弁当を持ってでかけるだけでも楽しみだけでも、特に新入園児さんたちはお母さんの手作りのお弁当をリュックに入れて、きれいな緑を見ながら食べるのは、最高にうれしいと思います。



どうして野菜を食べるの？

●主菜の肉・魚に入っていないビタミンを豊富に含みます。

●サプリメントより野菜で摂りましょう。



●野菜は楽しいよ！

早くきくはみそ

「好き嫌いはダメ」「残さず食べなさい」 言いませんか？

食品を好んで食べられるようになることは、言葉の発達と同じように学習発達現象です。生まれたときには乳しか摂取できなかった赤ちゃんが、いろいろな食品を食べられるようになるまでには、食品との初めての出会いを繰り返しながら、少しずつ食べられるようになっていく道すがら大切です。

「この子はこれが嫌い」ではなく、「まだ食べられるようになっていない」あまり好きではないものを少しでも食べたら、ほめてあげたらいいですね。

