



発行日 平成28年 5月 2日 下田部保育園

寒暖の差も少しずつ和らぎ、木々の緑がひととき鮮やかになり、外遊びの楽しい季節となりました。そして入園・進級から、早いもので1ヶ月が経ちましたね。そろそろ子どもたちも新しい生活に慣れてきた頃ではないでしょうか？ さていよいよGW本番ですね!!! 連休中は、ついつい夜更かしをしてみたり、いつものように朝起きれなかったりと普段の生活リズムとは違う環境になってしまいがちです。

連休が終わりに近づいてきたら、少しずつ生活習慣を戻し、また元気に登園してくださいね。

食べ物から「旬」を感じよう!!!

「旬」…という言葉をよく耳にしますね。



「旬」とは、その食べ物が一番多くとれる時季でもあります。また栄養価が高いうえ、たくさん出回るのので、比較的安く入手出来ます。「旬」のものを優先して食べるという食生活を心掛けましょう。

(産地によって、少しずつ「旬」は異なります。)



「旬」は美味しい!!! 「えんどう豆」



★きぬさやえんどう…未熟なえんどう豆をさやごと食用にします。

煮物の彩りにも最適!!!

★グリーンピース…えんどう豆の完熟前の柔らかい豆。

給食では、今月「豆ごはん」で登場!!!

ばら組の子どもたちとさやむきをする予定です☆



★スナップえんどう…グリーンピースをさやごと食べられるように改良された品種で、生長してもさやが柔らかく、甘みの強いのが特徴です。

ちなみに「スナックえんどう」ともいいますが、農林水産省の統一名称は「スナップえんどう」です。

※「スナップ (snap)」は「ポキッと折る・パチッという音」という意味を持っています。

5月



9	きざみうどん きんぴらごぼう(牛肉入り)	16	鶏肉のねぎ味噌炒め わかめときゅうりの練りごま和え
23	パン缶 十三穀米	30	たけのこのすまし汁 ごはん
24	ミンチカレーライス チーズと春雨のサラダ 野菜ジュース	17	味噌ラーメン シュウマイ
火		31	りんご ごはん
11	すき焼き風煮 みそ汁	18	たらこの五目ケチャあんかけ ナムル
25	オレンジ ごはん	水	たまもやスープ ごはん
12	じゃがいものほろ煮 豆腐の和風コーンクリームスープ 豆ごはん パナナ		☆お弁当日☆19日
木	☆お誕生日会☆26日		
13	シーフードグラタン風 ポイルサラダ	6	さばの磯辺焼き 大根と豚肉の煮物
27	コンソメスープ ロールパン	20	みそ汁 ごはん
14	鮭の野菜蒸し焼き もやしのポン酢和え	7	バターライス ビーフストロガノフ
28	みそ汁 ごはん	21	大根のサラダ コンソメスープ
土		土	

- * 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- * 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- * 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

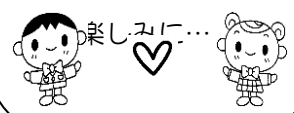
♥45周年記念メニュー
—♥

今年は「下田部保育園」
創立45周年記念イヤー
です!!!

それに伴い、10日(火)
記念式典が行われます。

そこで、給食もいつもとは
少し変わった盛り付けで
考えています☆

記念日の思い出に残る
ような「特別メニュー」...



☆こいのぼり行事食☆(2日)

こいのぼりミートローフ

スパゲティサラダ

コンソメスープ

クロワッサン

☆4月のお誕生日会メニュー☆

鮭とねぎの混ぜごはん

和風豚にらもやしラーメン

キャベツとツナのサラダ

パナナ

手作りおやつ

	離乳食	乳児・幼児		離乳食	乳児・幼児
9日(月)	野菜ゼリー	いちごパバロア	11日(水)	トースト(パンがゆ)	じゃこマヨトースト
13日(金)	しらすおにぎり(おじゃ)	おかかおにぎり	17日(火)	じゃがお焼き	じゃがもちこし
19日(木)	トースト(パンがゆ)	フルーツサンド	24日(火)	蒸しパン	いちごジャムの蒸しパン
27日(金)	野菜おにぎり	たぬきおにぎり	30日(月)	トースト(パンがゆ)	シュガートースト
31日(火)	きなこうどん	マカロニきなこ			