



ひばり保育園 5月の献立&行事予定



月	火	水	木	金	土
1 ご飯 豚肉のしょうが焼き チーズサラダ みそ汁 ドーナツ&かりんとう・M	2 たけのご飯 ちくわの磯辺揚げ キャベツの昆布和え みそ汁 かしわもち&おせんべい・M こどもの日 	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 わかめうどん チーズ クロワッサン・M
8 ふりかけご飯 豚肉の野菜巻き ツナサラダ みそ汁 フルーチェ・麦茶	9 ご飯 はんぺんフライ 牛肉のチャプチェ みそ汁 マカロニきなこ・M	10 肉みそスパゲティ ブロッコリーのオープン焼き ゼリー スープ 揚げパン・M	11 ご飯 鮭のムニエル ほうれん草サラダ スープ ホットケーキ・M	12 カレーライス もやしのナムル チーズ スープ クッキー&おせんべい・M 避難訓練 	13 野菜たっぷりうどん フルーツ クロワッサン・M
15 わかめご飯 鶏のさっぱり煮 大豆サラダ スープ サブレ&おせんべい・J	16 ご飯 花しゅうまい ひじき納豆 みそ汁 コーンフレーク・M	17 ご飯 かじきの竜田揚げ わかめサラダ みそ汁 ロールカステラ・M 防犯訓練	18 青菜ご飯 松風焼き 切干煮 すまし汁 フルーツゼリー・M	19 焼きそば コーンサラダ フルーツ スープ ホットサンド・M	20 ふりかけご飯 照り焼きチキン マカロニサラダ スープ おかし・M
22 ハッシュドビーフ はるさめサラダ チーズ スープ ポテトフライ・M	23 塩ラーメン フルーツ ツナサンド・M	24 ふりかけご飯 レバーの南蛮揚げ 牛肉とれんこんの甘辛炒め みそ汁 かりんとう&ビスケット・J	25 お楽しみメニュー ケーキ・M お誕生日会 	26 ご飯 白身魚のみそ焼き 肉じゃが すまし汁 わらびもち・M 3歳児健診 令和2年1月~3月生まれ	27 ふりかけご飯 ポークビーンズ キャベツのソテー スープ おかし・M
29 カレーうどん フルーツ おにぎり・麦茶	30 お弁当 クッキー&おせんべい・J お弁当デー 	31 ふりかけご飯 マグロカツ 納豆サラダ みそ汁 チーズドッグ・M	<p>入園、進級から1ヶ月が経ちました。子ども達は、新しい生活や保育園の給食に、少しずつ慣れてきたようです。これからの季節は、日中は気温が高くなります。日差しも強くなり、水分補給がかかせなくなってきました。こまめな水分補給を心がけ、熱中症に気を付けましょう。水分補給をする時は、水や麦茶など、低エネルギーのものを選ぶようにしましょう。ジュースなどは糖分が多く含まれているので、飲み過ぎには注意が必要です。</p>		<p>エネルギー・・・593kcal たんぱく質・・・21.4g</p> <p>太字は園行事です。 細字は保健センター事業です。</p>