

今月の食育目標  
食事のマナーについて知る。

# 5月行事予定・献立

社会福祉法人 虹福祉会  
富士こども園

2021（令和3）年4月22日

日曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
1 土	希望保育	お弁当日		ブロッコリーのごま和え		居残り(クラッカーサンド)	
2 日							
3 月	憲法記念日						
4 火	みどりの日						
5 水	こどもの日						
6 木		焼肉・フライドおさつ・柑橘類	421kcal	きゅうりのマヨネーズかけ		きな粉パン	
7 金		魚のマヨネーズ焼き・キャベツのレモン酢和え・にんじんの甘煮・パインアップル	360kcal	りんごホットケーキ		ヨーグルト(みかん缶・バナナ)	
8 土	希望保育・にこにこひろば	焼きそば・茹でブロッコリー・バナナ	228kcal	いちご		居残り(クッキー)	
9 日							
10 月		豚肉の生姜焼き・冷拌三糸・柑橘類	355kcal	スナツ麩		チーズポテト	
11 火	体育遊び	ツナのトマトソーススパゲティ・スティックきゅうり・バナナ	233kcal	柑橘類		セサミトースト	
12 水		高野豆腐の卵とじ・スナップえんどうの浸し・パインアップル	332kcal	ちんすこう		オレンジポンチ	
13 木	スイミング(さくら組)	タンドリーチキン・アスパラとじゃがいものソテー・バナナ	323kcal	青のりトースト		梅チャーハン	
14 金	歯科検診9:30~	魚の味噌焼き・ひじきの煮付け・かぼちゃの甘煮・パインアップル	344kcal	野菜寒天		ココア蒸しケーキ	
15 土	希望保育	八宝菜・かえりのごまがらめ・柑橘類	310kcal	人参の甘煮		居残り(パン)	

今が旬メニュー

## 6月の行事予定

2日(水) 体育遊び      8日(火) わくわくひろば  
 10日(木) さくら組入団式      15日(火) 明細書配布  
 16日(水) 体育遊び      17日(木) 誕生会  
 22日(火) わくわくひろば      23日(水) 太鼓指導日  
 24日(木) さくら組入団式      25日(金) 口座引落とし  
 毎週金曜日…布団・シーツ交換日      にこにこひろば…12日(土)・26日(土)  
 毎週土曜日…希望保育  
 ※6/7(月)~岡山短期大学生実習



## 尿検査・歯科検診・内科検診について

健康診断は、子どもの成長・健康状態を知る大切な検査です。  
必ず受診するようにしてください。

**歯科検診**…5月14日(金)

9:30から始まります。

**尿検査** …5月20日(木)

朝一番の尿を採取して、職員室受入れに提出してください。

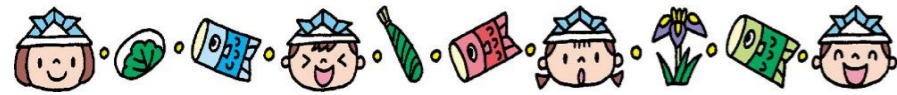
万が一採れなかった場合、受け入れ職員に伝え空容器・袋ごと手渡してください。

**内科検診**…5月25日(火)

13:30から始まります。

歯科・内科検診につきましては、受診できなかった場合各家庭にて囑託医に受診していただくようになります。

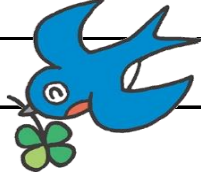




# 5月行事予定・献立



社会福祉法人 虹福社会  
富士こども園

日曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
16 日							
17 月	ちゅうりっぷ組クッキング・明細書配布	鯛めし・豆腐のまり揚げ・短冊サラダ・パインアップル	379kcal	黒糖マカロニ		シスコーンクッキー	
18 火	体育遊び	魚のコーンソースかけ・野菜ソテー・柑橘類	300kcal	じゃがいもちぢみ		おにぎり	
19 水	太鼓指導日・尿検査容器配布・ノー菓子デー	野菜あんかけうどん・キャベツの塩昆布和え・バナナ	245kcal	コーン蒸しパン		ヨーグルト (パイン缶・寒天)	ヨーグルト (みかん缶・寒天)
20 木	尿検査提出日・ひまわり組クッキング	豚肉の竜田揚げ・酢みそ和え・そら豆の甘辛煮・キウイフルーツ	392kcal	ココナッツラスク		豆腐団子	きな粉パンケーキ
21 金		きのこたっぷりマヨチキン・小松菜としらすの和え物・パインアップル	314kcal	バナナ		人参きんぴらトースト	
22 土	希望保育・にこにこひろば	お好み焼き・ツナとアスパラガスのごま和え・柑橘類	269kcal	きゅうりのゆかり和え		居残り (蒸しパン)	
23 日							
24 月		鶏肉の酢豚風・塩もみきゅうり・柑橘類	345kcal	パインアップル	オレンジ	ポテトピザ	
25 火	誕生会・内科検診13:30～・口座引落とし	アスパラご飯・トンカツ・和風サラダ・キウイフルーツ	419kcal	スティックおさつ		キャロットケーキ・ア・ラ・モード	
26 水	さくら組クッキング	オムレツ・中華風サラダ・バナナ	363kcal	クラッカーピザ		きのこスパゲティ	
27 木	もも組クッキング・スイミング(さくら組)	焼魚・きんぴら・かぼちゃの煮付・柑橘類	301kcal	きび砂糖クッキー		味噌トースト	
28 金		プルコギ・スナップえんどうのごま和え・バナナ	338kcal	ココアパン		ヨーグルト (もも缶・ジャム)	
29 土	希望保育	麻婆じゃが・キャベツのゆかり和え・パインアップル	353kcal	アスパラガスの浸し		居残り (黒糖ちんすこう)	
30 日							
31 月	すずらん組クッキング	カレー・きゅうりの酢のもの・柑橘類	386kcal	コーンフレークかけヨーグルト		アスパラとチーズのパイ	

## ひとくちメモ 12日(水) スナップえんどうの浸し

スナップえんどうは、さやが柔らかく、さやと豆の両方を食べることができるのが特徴です。β-カロテンやビタミンC、カリウム、カルシウムなどの栄養がバランスよく含まれ、抗酸化作用による老化防止や生活習慣病予防などの効果があります。また、さやごと食べることで食物繊維もしっかりと摂ることができます。全体がきれいな緑色で、変色や傷がなく、さやがふっくらとしているものを選びましょう。



## ランチルームの使い方

コロナ禍にあり、密接・密集・密閉を避けています。机の間隔、座る間隔・人数考慮・対角に窓を開け風が抜けるようにする等して予防対策をしています。  
**幼児クラス**  
 ランチルーム・にこにこひろば・ミホールの3部屋を使い1テーブルに4人掛け、テーブル中央には「机」を立てて静かに食事を摂っています。  
**乳児クラス**  
 まだまだ介助が必要なクラスです。職員もたくさんいますので、1テーブル4人掛けの子ども達に職員1人を配置し、介助したり、様子を見ながら対応しています。

332kcal

## さくら組

## スイミングについて

ファイル右下の健康状態・サイン欄に記入してください。記入・サインがない場合はスイミングに行くことが出来ませんので、必ず記入してきてください。体調が悪く欠席される場合は、園に残ります。



## 虎BAABAのPadma食育「やさしい食育塾(五感育て)」

命の大切さ…野菜等の成長を知り感謝の心を育む  
 体感 …野菜等の食べ物の働きと大切さを知る  
 人間関係 …共に育て収穫した食材料理を食事マナーも含めて味見  
 食行動 …挨拶行動・食べる姿勢・食具の扱い方好き嫌い行動等



