



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

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 水		ポークピカタ・しらすと小松菜のサラダ・茹でスナップえんどう・バナナ	345kcal	シュガーパン		ポパイクッキー	ポパイケーキ
2 木	布団・シーツ交換日	鶏肉の酢豚風・きゅうりの即席漬け・パインアップル	364kcal	青のりポテト		フルーツヨーグルト	
3 金	憲法記念日						
4 土	みどりの日						
5 日	こどもの日						
6 月	振替休日						
7 火		ちゃんぽん風うどん・中華和え・バナナ	239kcal	オレンジ		じゃこトースト	
8 水		鶏肉の竜田揚げ・きんぴら・おかか芋・オレンジ	381kcal	蒸しパン		ヨーグルト(黄桃缶・ソース)	
9 木	スイミング(さくら組)	ハッシュドポーク・ステックきゅうり・パインアップル	368kcal	クラッカーサンド		レモンマドレーヌ	
10 金	ちゅうりっぷ組・さくら組クッキング・布団・シーツ交換日	ムニエル・カレー野菜ソテー・かぼちゃの甘煮・バナナ	364kcal	和風トースト		チーズ春巻き	
11 土	希望保育・にこにこひろば	豆腐の含め煮・キャベツの塩昆布和え・オレンジ	326kcal	みたらしポテト		居残り(フルーツポンチ)	
12 日							
13 月	ひまわり組クッキング	魚のポテマヨ焼き・糸切昆布の煮付け・人参の甘煮・オレンジ	326kcal	バナナ		きな粉パン	
14 火	体育遊び	鶏肉の塩炒め・水菜のサラダ・バナナ	298kcal	コーンマヨ餃子		チキンライス	
15 水	誕生会・明細書配布	アスパラご飯・メンチカツ・じゃこサラダ・みそポテト・パインアップル	411kcal	ココアサンド		フルーツパイ・ア・ラ・モード	

今が旬メニュー

6月の行事予定

- | | |
|--------------------|------------------------|
| 1日(土) すずらん組参観日 | 4日(火) 体育遊び |
| 5日(水) わくわくひろば | 6日(木) スイミング(さくら組) |
| 8日(土) もも組参観日 | 15日(土) ちゅうりっぷ組 (0・1歳児) |
| 17日(月) 明細書配布 | 18日(火) 体育あそび |
| 20日(木) スイミング(さくら組) | 21日(金) 太鼓指導日 |
| 25日(火) 誕生会・口座引落し | 26日(水) わくわくひろば |

※毎週土曜日 希望保育
※毎週金曜日 布団・シーツ交換日

太鼓指導参観 5月16日(木)

場所：1Fホール(にこにこひろば)
10:00~11:00 ひまわり組 時間厳守で
13:15~14:15 さくら組 お越しく下さい

※子ども達は半分に分かれて指導を受けますが、
保護者の方は両チームともご覧になってください。
※ランチルームから参観してください。
※ビデオ・カメラの撮影はかたくお断りいたします。
(子どもの集中が途切れます)

駐車場：園庭



観劇について

ひまわり組とさくら組の子ども達が
バスに乗ってリデゾーにマスクプレイ
ミュージカルを観に行きます。

日時 5月22日(水) 10:00開演

服装 ネコTシャツ・紺色半ズボン
カラー帽子

登園時間 8:30まで
※8:40には園を出発します

持ち物 いつも通り





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	木	尿検査・太鼓指導参観					
17	金	歯科検診9:30~・布団・シーツ交換日					
18	土	希望保育					
19	日						
20	月						
21	火	もも組クッキング					
22	水	観劇(ひまわり組・さくら組)・ノーお菓子デー					
23	木	すずらん組クッキング					
24	金	布団・シーツ交換日					
25	土	希望保育・にこにこひろば					
26	日						
27	月	口座引落し					
28	火	体育遊び					
29	水	内科検診13:30~					
30	木	スイミング(さくら組)					
31	金						

1日(水) 茹でスナップえんどう

春が旬のスナップえんどうは、シャキシャキとした食感と甘みがおいしく、鮮やかな緑色が料理に彩りをプラスしてくれます。
β-カロテンが豊富で、皮膚や目、口、喉、内臓の粘膜や細胞の代謝を促進し、ウイルスや細菌の侵入を防ぐ働きがあります。
調理する際には、しっかりと筋取りをするとよりおいしく仕上がります。

(スナップえんどうの選び方)

- きれいな緑色で、変色やキズのないもの
- さやにハリがありふっくらとしているもの

検診について(内科・歯科・尿検査)

健康状態把握の為、必ず受診するようにしてください。

尿検査は、16日朝一番を採尿するようにしてください。
業者の方が9:20には来られますので、9:20までに登園し職員室受付の小窓に提出してください。
※採尿できなかった場合も、空容器は持参してください。



348kcal

お知らせとお願い

暑くなってきました。
• 汗をかいて着替えることも増えてきます。
着替えを十分準備してきてください。
名前を記したビニール袋もお願いいたします。
• 幼児クラスは水分補給の回数も増えてきますので、水筒のお茶も多めに入れてきてください。



歯みがき

4歳児クラス ひまわり組になると歯みがきが始まります。
食後、椅子に座って一斉に磨き方の指導を受けながら習慣が身につくようにしています。
初めは、力加減が分からず歯先がつぶれてしまったり、広がってしまったり痛みが激しいです。
定期的に交換するようにしてください。



年中・年長クラスになると名前を言って「よろしくお願ひします」「ありがとうございました」とあいさつをして受診しています。