

# 給食献立予定表

年間目標：一口目は野菜から食べよう

日	曜	10時のおやつ		昼食				3時のおやつ		行事	
				主食	主菜	副菜	汁物				
1	木	牛乳	バナナ	麦飯	ほうれん草としめじの Pasta	カラフルサラダ	イタリアンスープ	麦茶	えびせん		
2	金	牛乳	桃	麦飯	タンドリーチキン	ココロはらっぱサラダ	ニラのかきたま汁	牛乳	こいのぼりクッキー		
3	土				憲法記念日						
5	月				こどもの日						
6	火				振替休日						
7	水	牛乳	ビスケット	麦飯	ハヤシライス	胡豆昆サラダ	ヨーグルト	牛乳	ロールパン		
8	木	牛乳	チーズ	麦飯	魚のバーベキューソース	キャベツとりんごのサラダ	コーンチャウダー	牛乳	お魅の黒糖きなこ		
9	金	牛乳	クラッカー	麦飯	松風焼き	ほうれん草のなめたけ和え	飛鳥汁	麦茶	じゃこのおにぎり		
10	土		せんべい		やきそば (おにぎり)					ウエハース	
12	月	牛乳	ごまスティック	麦飯	中華丼	ビーフンサラダ	バナナ	牛乳	人参蒸しパン		
13	火		ヨーグルト	麦飯	手羽元の山賊焼き	人参きんぴら	サラ玉のみそ汁	麦茶	大豆のかりじゃこ	交通安全教室	
14	水	牛乳	ソーセージ	麦飯	回鍋肉	ブロッコリーのおかか和え	中華コーンスープ	牛乳	きなこマカロニ		
15	木	牛乳	シリアル	麦飯	鯖のみそ煮	ひじきとコーンの煮物	けんちん汁	牛乳	ビスケット	火災訓練	
16	金	牛乳	野菜かりんとう	麦飯	がんもどき	ごぼうサラダ	小松菜のみそ汁	麦茶	かぼちゃマフィン	石井式	
17	土		ビスコ		お弁当・水筒					スナック	
19	月	牛乳	せんべい	麦飯	ドライカレー	バラエティサラダ	ヨーグルト	麦茶	おかかおにぎり		
20	火	牛乳	ふかし芋	麦飯	ツナ入り厚焼き卵	小松菜のオリーブ和え	豆乳スープ	牛乳	バナナおやつパン	運動あそび	
21	水	牛乳	カンパン	麦飯	チキンチキンごぼう	もやしの中華サラダ	えのきのみそ汁	牛乳	シリアル		
22	木		ヨーグルト	麦飯	豆腐ハンバーグ	みかんサラダ	ふわふわ汁	牛乳	米粉サブレ	歌唱指導	
23	金	牛乳	ウエハース		お弁当の日				牛乳	せんべい	親子社会見学
24	土		ハーベスト		肉うどん (おにぎり)					クッキー	
26	月	牛乳	クラッカー	麦飯	鶏の塩麴焼き	大豆の五目煮	田舎汁	牛乳	スティックパン		
27	火	牛乳	りんご	麦飯	シュウマイ	ほうれん草のナムル	わかめスープ	麦茶	カレーポップコーン		
28	水	牛乳	食パン	麦飯	すり身と豆腐のふわふわ揚げ	ポイル野菜	かぼちゃのみそ汁		フルーツポンチ		
29	木	牛乳	チーズ	麦飯	親子煮	じゃこドレッシングサラダ	ふりかけ	牛乳	せんべい		
30	金	牛乳	ビスケット	麦飯	ハッピーメニューの日				牛乳	ケーキ	内科健診
31	土		せんべい		牛とじ丼 (白ご飯)					えびちび	

※献立は都合により変更する場合があります

※5月17日(土)は都合によりお弁当・水筒持参でお願いします

 手作りおやつ



**5月** 【目標】  
食事のマナーを身につけよう



「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、はじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。

## 食事の正しい姿勢って？

正しい姿勢で食事ができるように、食事環境を見直してみましょう。テーブルやイスの高さが合っていないと足をブラブラしてしまうなど、食事に集中できません。足の下に台を置くなどして、ふらつかないようにします。また、子どもの視界におもちゃなど気になるものが入らないように片づけることも大切です。

背中がくっつかないようにクッションなどを入れても

イスの高さは足の裏が床にしっかりとつく位置に

テーブルは手のひから下が自由に動かせる高さに

