

# 5月の給食だよ！

5月5日子どもの日・端午の節句（たんごのせっく）

新緑が鮮やかな季節になりました。こどもたちはごはんを食べる量もおかわりの量も増え、身体もこれからますます大きくなるだろうなと思っています。あちこちに鯉のぼりが上り、子どもたちを見守ってくれています。お部屋のこいのぼりを見て、「こいのぼり！」と指差ししている姿も見られます。

5日は子どもの日。乳児院でもこの日は、こいのぼり型のハンバーグを作り、こども達と食卓を楽しもうと思います。今月は食中毒の予防について紹介します。

## 食中毒予防の原則

### 菌をつけない

料理前、食事を食べる前、トイレの後には、石鹸で手を洗いましょう。



### 持ち込まない

食材を触る時や、食事を食べる前はしっかり、手を洗いましょう。



### しっかり加熱する

鍋がグツグツ沸き立つくらい、しっかり加熱し、食材に火を通しましょう。



### 調理後すぐ食べる

調理後、2時間以内に食べることが望ましいですが、すぐに食べない時は、冷蔵庫に冷やす等、適温を保ちましょう。温かい料理は食べる前にグツグツ加熱しましょう。



## 大好きな果物選び！大好きなお料理♪



今月も食事の取り組みや、買い物をたくさん取り組みました。

大人がキッチンで調理していると、子ども達もいい匂いにつられて自然によってきてくれます。見るだけではなく、実際にお米をといだり、食事に味付けしたりもします。普段触ることが無かったり、経験することも少ないので興味津々に取り組んでくれます。そのような経験を重ねながら、子どもたちが食事に対する意欲をたくさん持ってくれると嬉しいです



# 5月 予定献立表

すみれ乳児院 2018年5月1日発行



月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日 29日	(火)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ご飯・さわらのみそ焼き 筑前煮・すまし汁・果物 29日 さわらの西京焼き 肉じゃが・みそ汁・果物	かぼちゃ蒸しパン 牛乳 ※29日 高野豆腐もち 牛乳	ご飯・肉団子の甘酢あん マカロニサラダ・スープ・果物 29日 擬製豆腐・おくらのおかか和え すまし汁・果物
2日 16日 30日	(水)	パン・バナナ ウインナー 牛乳	ご飯・きゅうりチャンプルー 大根煮・みそ汁・果物 30日 防災食 さわやかごはん ツナ白菜・鶏のきじ焼き・果物	ヨーグルト・お茶 ブルーベリークッキー 30日 ヨーグルト 防災菓子	かきあげそうめん かぼちゃ煮・果物 30日 トマトスープパスタ さつま芋サラダ・果物
3日 17日 31日	(木)	パン・チーズ みかん缶 飲むヨーグルト	中華丼 なす煮・果物 31日 肉みそ丼 根菜と切り昆布の煮物・果物	お麩スナック 牛乳 31日 オレンジゼリー お茶	ご飯・鮭のマヨネーズ焼き キャベツとちくわの和え物・すまし汁・果物 31日 ご飯・メンチカツ なすのマヨ和え・すまし汁・果物
4日 18日	(金)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	高野豆腐とひき肉の煮物 切干煮・すまし汁・果物	【カミカミおやつ】 コーンスルー 牛乳	チキンライス ささみといんげん和え スープ・果物
5日 19日	(土)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ツナの和風パスタ 白菜のスープ煮 果物	焼きいも お茶	【行事食：端午の節句】 きのこごはん・こいのぼりバーグ じゃが芋サラダ・すまし汁・果物
6日 20日	(日)	パン・チーズ みかん缶 ミックスキャロット	ご飯・カレーのみみじ焼き ひじき煮・みそ汁・果物	菓子 牛乳	ハヤシライス フルーツポンチ
7日 21日	(月)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	おこわ・豚と野菜のみそ煮 すまし汁・果物	じゃこトースト 牛乳	ご飯・サバ缶バーグ 春雨サラダ・みそ汁 果物
8日 22日	(火)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	マーボーナス もやしと豆苗炒め すまし汁・果物	ボン・デ・ケージョ 果物	ご飯・まさご揚げ ピーマンきんぴら みそ汁・果物
9日 23日	(水)	パン・バナナ チーズ 牛乳	ご飯・さばの塩焼き ごぼう鶏煮・みそ汁 果物	ヨーグルト 菓子 牛乳	五目ラーメン ほうれん草のおかか和え 果物
10日 24日	(木)	パン・チーズ みかん缶 飲むヨーグルト	親子丼 さつまいもひじき煮 果物	焼きおにぎり 牛乳	ご飯・肉豆腐 にんじんきんぴら みそ汁・果物
11日 25日	(金)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	ご飯・松風焼き 炒めなます・みそ汁 果物	黒糖蒸しパン 牛乳	ご飯・鮭フライ もやしサラダ すまし汁
12日 26日	(土)	パン・バナナ ミートボール ミックスキャロット	焼きそば じゃがいも煮 果物	豆乳ゼリー お茶	ご飯・豚へしの梅照り焼き ブロッコリーソテー すまし汁・果物
13日 27日	(日)	パン・チーズ みかん缶 ミックスキャロット	ご飯・カレーの照り焼き 小松菜煮・みそ汁 果物	菓子 牛乳	カレーライス フルーツヨーグルト
14日 28日	(月)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	ご飯・鶏のマーマレード焼き ラタトゥイユ・すまし汁 果物	青のりクラッカー 牛乳	ご飯・豚肉のカレー風味炒め キャベツ煮・みそ汁・果物

## 5月の給食予定

5日【端午の節句】  
こいのぼりバーグ

30日【防災食】  
さわやかごはん・鶏のきじやき  
ツナ白菜



## 朝食パン・食料品のお買い物もの

8日 : ももいろグループ  
16日 : きいろグループ  
29日 : あおいろグループ

