

保護者の皆様

5月の園だよりです。

- 11日(月) 遠足(年中)
- 12日(火) 遠足(桃・梅)
- 13日(水) 親子遠足(年少)
- 14日(木) 遠足(年長)
- 15日(金) 身体測定(桃・梅)
- 18日(月) 遠足予備日(年中)
- 19日(火) 遠足予備日(桃・梅)
- 20日(水) 遠足予備日(年少)
- 21日(木) 遠足予備日(年長)・身体測定(年中)
- 22日(金) 避難訓練(地震)・身体測定(年少)
- 25日(月)～28(木) 保育参観
- 26日(火) 身体測定(年長)
- 29日(金) 誕生日会・給食試食会(年少)

〈衣替えについて〉

6月1日(月)より衣替えとなり、**体操服・夏帽子**での登園となります。(夏帽子の入荷が遅れる場合は、メールにてお知らせします。)

〈お迎えについて〉

- ・送迎の際は、事故防止の為、門を必ず閉めてください。
- お子様が門に登っている姿が見られます。故障の原因となりますので、お気を付けください。
- ・園駐車場に駐車される際は、進行方向を守り、マナー良くご利用ください。また駐車場内では、必ず黄色い柵の外側を通り、**手を繋いで歩いてください。**

〈保護者用名札について〉

防犯上の視点から来園時(登園、降園時共に)必ず、保護者用名札の着用をお願いしておりますが、着用の際は、必ずお子様の名前が記載されている面が見えるようにして首から下げて頂きますようご協力お願いいたします。兄弟で通われている方は必ず各お子様分付けてください。

保護者用名札がない場合は、お子様をお引き渡しすることが出来ませんので、ご留意ください。

昨年度の名札が入っている方は間違い防止の為、今年度分の名札のみ入れてください。

追加発行につきましても名札とケースはセットですので、ご了承ください。

〈靴・水筒の記名について〉

間違い防止のため、**靴・長靴・上靴のかかと甲の部分に、水筒は上から見て分かるよう蓋に、それぞれ必ず記名をお願いいたします。**

〈家庭の日のプレゼントについて〉

母の日と父の日に因み、ご家族に向けてのプレゼントを制作します。プレゼントは、家庭の日(毎月第3日曜日)に合わせ、**5月18日(月)**に持ち帰ります。

〈内科検診について〉

6月に内科検診があります。

コドモンのカレンダーに学年が記載されています。検診日にお休みをされた方は、幼稚園から用紙をお渡しいたしますので、用紙をお持ちになり、**かとう内科クリニック**まで受診をお願いいたします。受診後、用紙は園までご提出ください。

〈歯科検診について〉

6月に歯科検診があります。

コドモンのカレンダーに学年が記載されています。検診日にお休みをされた方は、幼稚園から用紙をお渡しいたしますので、用紙をお持ちになり、**早川歯科**まで受診をお願いいたします。受診後、用紙は園までご提出ください。

〈預かり保育について〉

預かり保育申込書を提出されてから、キャンセルされる場合は、口頭や手紙だけでなく、**必ずコドモンにて**担任までご連絡ください。

連絡がない場合、預かり保育代の請求がかかってしまうことがありますので、ご注意ください。また一週間以内のキャンセルは、預かり料金が申込み通りに発生することをご理解ください。

預かり用紙が必要な方は、毎月必ず担任にお伝えください。

配布日は第2月曜日、締め切りは25日となっております。

(休日の場合は、その前の開園日)

〈6月の預かり申込〉

配布日 5月11日(月)

締切り日 5月25日(月)

〈水遊びについて〉

水遊びが始まります。水遊び用のサンダルを5月11日(月)～5月15日(金)までにお持ちください。**必ず記名**もお願いいたします。

〈図書の日について〉

絵本の貸し出しを6月3日(水)から始めます。(3.4.5歳)隔週で水曜日に、1人1冊絵本を選んで借ります。返却日は次の週の木曜日です。返却日に絵本の返却がなかった場合、絵本返却カードをお便り帳に挟みますので、必ず返却をお願いいたします。

〈6月の予定〉

1日 衣替え・給食試食会(5月生まれ年中・年長)

12日 航空写真

22日 給食試食会(6月生まれ年中・年長)

26日 誕生日会・給食試食会(年少)

29日 七夕祭り総合練習

5月の献立 桃組



日	曜日	献立名	主な食材の働き		
			赤:体を作る	黄:エネルギーになる	緑:体の調子を整える
1	金	ピラフ 春雨サラダ 牛乳 きな粉揚げパン	鶏肉 ツナ 牛乳 きな粉	米 春雨 胡麻油 酢 ロールパン	人参 玉葱 ピーマン 胡瓜 キャベツ コーン
2	土	ドライカレー 牛蒡サラダ ビスコ	合挽肉 ツナ	米 カレー粉 胡麻ドレ ビスコ	トマト缶 玉葱 牛蒡 人参 胡瓜
3	日	憲法記念日			
4	月	みどりの日			
5	火	こどもの日			
6	水	振替休日			
7	木	鮭若布ご飯 けんちん汁	鮭フレーク 若布ご飯の素 鶏肉	米 薩摩芋	人参 大根 干し椎茸
8	金	牛乳ケーキ ハヤシライス 納豆サラダ 桃ゼリー 牛乳 オレンジジュース蒸しパン	豚肉 納豆 牛乳	米 ハヤシルウ マヨ 桃ゼリー 米粉 BP	人参 玉葱 コーン オクラ オレンジジュース
9	土	鶏照焼丼 ミネストローネ 南瓜パン	鶏肉 ベーコン	米 じゃが芋 南瓜パン	玉葱 トマト缶 人参 キャベツ
10	日				
11	月	ご飯 鯖の塩焼 関煮煮 チーズトースト	鯖 厚揚げ チーズ 鶏肉	米 食パン	大根 人参 隠元
12	火	鶏牛蒡飯 薩摩芋サラダ 牛乳 味噌蒸しパン	生乳 豆乳	薩摩芋 マヨ 胡麻 HM 赤味噌 米	人参 牛蒡 筍 胡瓜 コーン
13	水	ご飯 生姜焼 茸スープ ココアケーキ	豚肉 ウインナー 豆乳	HM ココア 米	玉葱 あさつき 生姜 しめじ エノキ 白菜
14	木	焼きそば ベイクドじゃが 生乳 シラスご飯	牛肉 青海苔 生乳 シラス 若布ご飯の素	焼きそば麺 焼きそばソース ウスターソース じゃが芋 米	キャベツ 人参 玉葱
15	金	タッカルビ丼 切干大根サラダ バナナ蒸しパン	鶏肉 ツナ	米 赤味噌 胡麻ドレ	萵 キャベツ 人参 大根 生姜 切干大根 コーン
16	土	鮭スパゲッティー 棒棒鶏 煎餅&葡萄ゼリー	鮭フレーク ササミ	米粉 スパゲッティー 胡麻 酢 白味噌 胡麻油 煎餅 葡萄ゼリー	バナナ キャベツ 玉葱 胡瓜
17	日				
18	月	青椒肉絲丼 林檎 生乳 ウインナーパン	豚肉 牛乳	米 片栗粉 胡麻油 HM ウインナー チーズ 豆乳	パプリカ 筍 ピーマン 林檎
19	火	ご飯 照焼ハンバーグ コールスローサラダ 大学芋	ハンバーグ	米 片栗粉 マヨ 酢 薩摩芋 胡麻	キャベツ 胡瓜 人参
20	水	ミートスパゲッティー ブロッコリーの胡麻和え 五平餅	合挽肉 竹輪	スパゲッティー 片栗粉 ウスターソース 胡麻 米 胡麻	人参 玉葱 トマト缶 ブロッコリー コーン
21	木	カレーピラフ コーンクリームスープ 麩のラスク	鶏肉 ベーコン	米 カレー粉 マカロニ 麩 バター 米	玉葱 人参 ピーマン 白菜 コーンスープ
22	金	若布ご飯 筑前煮 生乳 米粉ブラウニー	若布ご飯の素 鶏肉 牛乳 豆腐 豆乳	米粉 BP ココア	人参 牛蒡 蓮根 隠元

23	土	五目うどん 竹輪の磯辺焼 クッキー&バナナ	鶏肉 竹輪 青海苔	うどん 小麦粉 クッキー	白菜 人参 椎茸 小松菜 バナナ
24	日				
25	月	ご飯 牛乳 鮭のみりん焼 じゃが芋の金平 苺ジャム蒸しパン	牛乳 鮭 豆乳	米 じゃが芋 胡麻 米粉 BP 苺ジャム	牛蒡 人参
26	火	ご飯 鶏ちゃん焼 澄まし汁 檸檬ケーキ	鶏肉 若布 豆乳	米 白味噌 麩 HM	キャベツ 人参 しめじ 玉葱 檸檬汁
27	水	バターロールパン 南瓜シチュー 焼売 ゆかりご飯	豚肉 牛乳 焼売 しらす	ロールパン シチュールウ 米 米	南瓜 人参 玉葱 ブロッコリー ゆかり
28	木	焼肉丼 マカロニサラダ	牛肉 ハム	マカロニ マヨ	玉葱 法蓮草 胡瓜
29	金	シュガーラスク カレーうどん コロッケ 牛乳 菜飯	油揚 蒲鉾 牛乳	食パン バター うどん カレールウ コロッケ	人参 玉葱 法蓮草
30	土	鶏そぼろ丼 蓮根サラダ スナック&桃ゼリー	鶏挽肉 ツナ	米 米 胡麻ドレ スナック 桃ゼリー	菜飯の素 小松菜 蓮根 胡瓜
31	日				

※食材名の「HM」は、ホットケーキミックス 「マヨ」はマヨネーズ 「BP」はベーキングパウダーです。

マンゴー通信

新緑がまぶしい季節となり、爽やかな風が心地よい頃となりました。
連休明けは生活リズムが乱れやすく、疲れがたまり体調を崩しやすい季節です。
好き嫌いせず、バランスの良い食事を心がけましょう。

バランスの良い食事とは？

- ・**主食**…ご飯、パン、麺など
(主に炭水化物)
- ・**主菜**…魚、肉、卵、大豆製品など
(主にタンパク質、脂質)
- ・**副菜**…野菜、海藻、茸類など
(主にビタミン、ミネラル、食物繊維)

1食に主食、主菜、副菜を揃えた食事が栄養バランスの良い食事です。
また、**果物**や**乳製品**を組み合わせるとより良い食事になります。

「お弁当作りで意識する事」

- ① 大好きなものが入っている**安心感**
- ② 全部食べられた**達成感**
- ③ 見た目や栄養バランスよりも、
お子さまの**食べやすさ**

今月は遠足があり、保護者の方もお弁当作りが大変かと思いますが、この3点を意識して作ってみてください♪

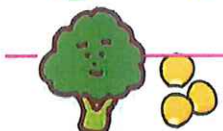
今月のレシピ「ブロッコリー胡麻和え」

材料(4人分)

- ・ブロッコリー 160g
- ・コーン缶 20g
- ・竹輪 40g
- A
- ・すり胡麻 10g
- ・砂糖 20g
- ↓
- ・醤油 15g

作り方

- ① ブロッコリーは1.5cm角にカットして、茹でて冷ます。コーンは汁気を切っておく。
- ② ①に合わせたAと竹輪を加えてよく和えたら完成です☆



子どもたちに大人気のサラダです♪



5月の献立



日	曜日	献立名	主な食材の働き		
			赤:体を作る	黄:エネルギーになる	緑:体の調子を整える
1	金	ピラフ 春雨サラダ 牛乳 きな粉揚げパン	鶏肉 ツナ 牛乳 きな粉	米 春雨 胡麻油 ロールパン	人参 玉葱 ピーマン 胡瓜 キャベツ コーン
2	土	ドライカレー 牛蒡サラダ ビスコ	合挽肉 ツナ	米 カレー粉 胡麻ドレ ビスコ	トマト缶 玉葱 牛蒡 人参 胡瓜
3	日	憲法記念日			
4	月	みどりの日			
5	火	こどもの日			
6	水	振替休日			
7	木	鮭若布ご飯 けんちん汁 牛乳ケーキ	鮭フレーク 若布ご飯の素 鶏肉	米 薩摩芋	人参 大根 干し椎茸
8	金	ハヤシライス 納豆サラダ 桃ゼリー 牛乳 オレンジジュース蒸しパン	豚肉 納豆 牛乳	米 ハヤシルウ マヨ 桃ゼリー 米粉	人参 玉葱 コーン オクラ オレンジジュース
9	土	鶏照焼丼 ミネストローネ 南瓜パン	鶏肉 ベーコン	米 じゃが芋 南瓜パン	玉葱 トマト缶 人参 キャベツ
10	日				
11	月	ふりかけご飯 鯖の塩焼 関東煮 チーズトースト	ふりかけ 鯖 厚揚げ チーズ	米 食パン	大根 人参 隠元
12	火	鶏牛蒡飯 薩摩芋サラダ 牛乳 味噌蒸しパン	鶏肉 牛乳 豆乳	米 薩摩芋 マヨ 胡麻 HM	人参 牛蒡 筍 胡瓜 コーン
13	水	ご飯 生姜焼 菘スープ ココアケーキ	豚肉 ウインナー 豆乳	HM ココア 米	玉葱 あさつき 生姜 しめじ エノキ 白菜
14	木	焼きそば ベイクドじゃが 牛乳 シラスご飯	牛肉 青海苔 牛乳 シラス 若布ご飯の素	米 焼きそば麺 じゃが芋	キャベツ 人参 玉葱
15	金	タッカルビ丼 切干大根サラダ バナナ蒸しパン	鶏肉 ツナ	米 米 胡麻ドレ	萵 キャベツ 人参 大根 生姜 切干大根 コーン
16	土	鮭スパゲッティー 棒棒鶏 煎餅&葡萄ゼリー	鮭フレーク ササミ	米粉 スパゲッティー 胡麻油 胡麻 煎餅 葡萄ゼリー	バナナ キャベツ 玉葱 胡瓜
17	日				
18	月	青椒肉絲丼 林檎 牛乳 ウインナーパン	豚肉 牛乳 ウインナー チーズ 豆乳	米 胡麻油 HM	パプリカ 筍 ピーマン 林檎
19	火	ご飯 照焼ハンバーグ コールスローサラダ 大学芋	ハンバーグ	米 マヨ 薩摩芋 胡麻	キャベツ 胡瓜 人参
20	水	ミートスパゲッティー ブロッコリーの胡麻和え 五平餅	合挽肉 竹輪	スパゲッティー 胡麻 米 胡麻	人参 玉葱 トマト缶 ブロッコリー コーン
21	木	カレーピラフ コーンクリームスープ 麩のラスク	鶏肉 ベーコン	米 カレー粉 マカロニ 麩 バター	玉葱 人参 ピーマン 白菜 コーンスープ
22	金	若布ご飯 筑前煮 牛乳 米粉ブラウニー	若布ご飯の素 鶏肉 牛乳 豆腐 豆乳	米	人参 牛蒡 蓮根 隠元

23	土	五目うどん 竹輪の磯辺焼 クッキー&バナナ	鶏肉 竹輪 青海苔	うどん 小麦粉	白菜 人参 椎茸 小松菜 バナナ
24	日				
25	月	ご飯 牛乳 鮭のみりん焼 じゃが芋の金平 梅シヤム蒸しパン	牛乳 鮭 豆乳	米 じゃが芋 胡麻 米粉 梅シヤム	牛蒡 人参
26	火	ご飯 鶏ちゃん焼 澄まし汁 檸檬ケーキ	鶏肉 若布 豆乳	米 HM	キャベツ 人参 しめじ 玉葱 檸檬汁
27	水	バターロールパン 南瓜シチュー 焼売 ゆかりご飯	豚肉 牛乳 焼売 しらす	ロールパン シチュールウ 米	南瓜 人参 玉葱 ブロccoli ゆかり
28	木	焼肉丼 マカロニサラダ シュガーラスク	牛肉 ハム	米 マカロニ マヨ	玉葱 法蓮草 胡瓜
29	金	カレーうどん コロッケ 生乳 菜飯	油揚 蒲鉾 生乳	食パン バター うどん カレールウ コロッケ	人参 玉葱 法蓮草
30	土	鶏そぼろ丼 蓮根サラダ スナック&桃ゼリー	鶏挽肉 ツナ	米 胡麻ドレ スナック 桃ゼリー	菜飯の素 小松菜 蓮根 胡瓜
31	日				

※食材名の「HM」は、ホットケーキミックス 「マヨ」はマヨネーズです。

マンゴー通信

新緑がまぶしい季節となり、爽やかな風が心地よい頃となりました。
連休明けは生活リズムが乱れやすく、疲れがたまり体調を崩しやすい季節です。
好き嫌いせず、バランスの良い食事を心がけましょう。

バランスの良い食事とは？

- ・**主食**…ご飯、パン、麺など
(主に炭水化物)
- ・**主菜**…魚、肉、卵、大豆製品など
(主にタンパク質、脂質)
- ・**副菜**…野菜、海藻、茸類など
(主にビタミン、ミネラル、食物繊維)

1食に主食、主菜、副菜を揃えた食事が栄養バランスの良い食事です。
また、**果物**や**乳製品**を組み合わせるとより良い食事になります。

「お弁当作りで意識する事」

- ① 大好きなものが入っている**安心感**
- ② 全部食べられたの**達成感**
- ③ 見た目や栄養バランスよりも、
お子さまの**食べやすさ**

今月は遠足があり、保護者の方もお弁当作りが大変かと思いますが、この3点を意識して作ってみてください♪

今月のレシピ「 ブロccoliの胡麻和え 」

材料(4人分)

- ・ブロッコリー 160g
- ・コーン缶 20g
- ・竹輪 40g
- A
↓
・すり胡麻 10g
- ・砂糖 20g
- ↓
・醤油 15g

作り方

- ① ブロccoliは1.5cm角にカットして、茹でて冷ます。コーンは汁気を切っておく。
- ② ①に合わせたAと竹輪を加えてよく和えたら完成です☆



子どもたちに大人気のサラダです♪

