

給食だより

西方寺古城保育園 水俣市古城2丁目221-2 TEL 63-1828
園長 萩嶺善信 担当者 S 尚子

一年で最も過ごしやすい季節を迎えました。子どもたちは風に泳ぐこいのぼりのように、毎日元気いっぱい外で遊んでいます。

今年度より、朝からサーキットや体育遊びも取り入れ、またマラソンなどもあります。給食の時間まで命いっぱい身体を動かし、自然にお腹がすくリズムを取り入れています。そうすることで、何でも好き嫌いなく食べられるようになればいいなと思っています。特に朝のおやつがないすみれぐみとひまわりぐみは、朝ごはんをしっかり食べて登園されるようお願いいたします。

「はやね・はやおき・あさごはん」の習慣を身につけましょう。



春のにおい

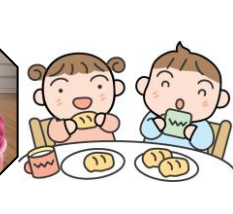
春の味

よもぎ饅頭



子どもたちがお散歩しながら摘んできたよもぎで“よもぎ饅頭”を作って食べました。

日ごろ、緑の食べ物と言えば、見るだけで少し敬遠されがちですが、この日のよもぎ饅頭は自分たちが摘んできたよもぎが入っていたからか、みんな喜んで食べていました。春の香りや味にニコニコ顔のおやつとなりました。



古城保育園の給食について

保育園の給食は、安心・安全を第一に子どもたちのからだのことを考えたメニュー、そして何より喜んで食べてくれる給食を目指しています。

- 給食はすべて手作りで
- おやつもほぼ手作りで
- 砂糖はきびざとう使用
- 油は国産なたね油使用
- 材料も国産にこだわっています
- 卵はグリーンコープの有精卵使用
- 保育園の畑や地場産物を積極的に使用
- 米は水俣の契約農家で作られたものです
- 一汁二菜を心がけています
- 魚料理を多く取り入れています
- 月に何度かかみかみメニューを提供
- 月に一度は郷土料理を提供
- 薄味にしています
- 天然だし（昆布、かつお、いりこ）使用

5月の給食献立予定カレンダー

月	火	水	木	金	土
5月の行事 3日 憲法記念日 4日 みどりの日 5日 こどもの日 6日 振替休日 15日 マラソン大会 20日 お誕生日会 21日 降誕会			日 日にち	1	2
			主食	白米	チャンポン
			汁物	すいとん汁	番茶
			主菜		
			副菜	野菜ののりじゃこ和え	
			3時のおやつ	牛乳 もちもちパン	
4	5	6	7	8	9
みどりの日 	こどもの日 	振替休日 	五分付き米	白米	ピラフ
				野菜スープ	番茶
			親子煮	魚のムニエル	
			玉ねぎのオープン焼き れんこんチップ	ほうれん草のソテー	
			番茶 デコポン	牛乳	
			ヘルシーかりんとう	りんごパイ	
11	12	13	14	15	16
白米	五分付き米	白米	五分付き米	白米	わかめうどん
わかめスープ	番茶	すまし汁	みそ汁	すまし汁	番茶
チンジャオロース	チキンカレー	鯖の西京焼き	鶏団子と筍の春煮	鮭のグリル焼き	
	ヨーグルトサラダ	野菜スティック	のりの佃煮	春野菜の和え物	
ミルク	番茶	ミルクココア	番茶	牛乳	
カルシウムラスク	あんこだんご	チーズじゃがいも	かるかん	オープンロール	
18	19	20	21	22	23
五分付き米	白米	赤飯	白米	五分付き米	サンドイッチ
みそ汁	さつま汁	すまし汁	みそ汁	みそ汁	牛乳
卵焼き	太刀魚のみりん干し	魚のごまみそ焼き	レバーのみみじ和え	鱈の塩焼き	
ひじきと大豆の炒め煮	金時煮	煮しめ ミルクもち	バナナ	切り干し大根の煮物	
ミルク チーズ パセリ入りクラッカー	番茶 ポテトチップス	ミルクティ マドレーヌ	番茶 きなこだんご	牛乳 ホットケーキ	
25	26	27	28	29	30
白米	五分付き米	白米	五分付き米	白米	スパゲティナポリタン
野菜スープ	豚汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	番茶
マカロニグラタン		鯖の竜田揚げ	鶏のみそ焼き	めざし	
絹さや	酢の物	生野菜	白和え	ポテトサラダ	
番茶	ミルク	番茶	ミルク	牛乳	
かりんとう	人参蒸しパン	水ようかん	チーズ饅頭	ドーナツ	