

5

# えんだより

## 今月の目標

戸外で身体を十分に動かして  
元気に遊びましょう

| 日 | 月                                 | 火            | 水                                   | 木                                  | 金                                      | 土         |
|---|-----------------------------------|--------------|-------------------------------------|------------------------------------|--|-----------|
| ① | 2<br>衣替え<br>夏用園児服へ                | ③<br>憲法記念日   | ④<br>みどりの日                          | ⑤<br>こどもの日                         | 6<br>お花祭り                              | 7<br>希望保育 |
| ⑧ | 9<br>こいのぼり<br>運動会                 | 10<br>避難訓練   | 11<br>郡保育研究委員<br>(笹本出張)             | 12                                 | 13<br>年長参観日<br>えいごであそぼ!<br>(年中・年少)     | 14        |
| ⑮ | 16<br>誕生会<br>未満児体験参観日<br>希望者～6/15 | 17           | 18<br>おはなしくらぶ<br>郡給食研究委員会<br>(阿部出張) | 19<br>園便り発行<br>未満児発育測定<br>高森中地域応援隊 | 20<br>年中参観日                            | 21        |
| ⑳ | 23<br>年長発育測定                      | 24<br>年中発育測定 | 25<br>年少発育測定                        | 26<br>高森中<br>しごと未来フェア              | 27<br>えいごであそぼ!<br>(年長・年中)<br>中塚(経)先生来園 | 28        |
| ㉑ | 30                                | 31           | 6/1                                 | 2                                  | 3                                      | 4<br>↓    |

## おしらせとおねがい

※ 服装についてお願い

あたたかくなり、砂場での遊びも盛んになり次第に水を使っての遊びに発展していきます。以前にもお願いしてありますが、チュニック丈・フリルの物は裾が汚れます。園には活動しやすく、自分で着脱しやすいもので登園してください。また、5月より園児服が衣替えになりますので準備をお願いいたします。

※ 「えいごであそぼ!」の日には、ネイティブスピーカーのタイラー先生が来てくださり、以上児のクラスにて英語を使って楽しく遊びます。

※ 18日のおはなしくらぶは、毎月お話のボランティアグループ「はっぴいぶれせん」との皆さんが来園し、子ども達に絵本の読み聞かせをして下さいます。

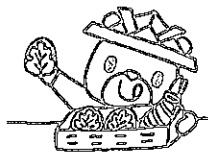
※ 6日にお花まつりが行われます。花御堂にお花を飾りますので、6日の朝お家や周りに咲いているお花をお子様と一緒に持ちいただければ幸いです。

※ 9日のこいのぼり運動会は保護者の参観はありません。

※ 各クラスの参観日が始まります。詳細につきましては後日クラス毎お便りが出ます。

※ 高森町では、子ども達の健やかな成長を願い専門の先生が保育園を巡回して下さいます。当園にも 4/28・5/27に来園していただく予定です。相談したいことがある場合は園までお申し出ください。

特別支援教育専門員…中塚賢一先生 家庭・子育て相談員…中塚経子先生



# 5月 こんだてひょう



認定こども園ばどま

| 日  | 曜日 | 行事                  | 未満児おやつ            | 主食               | おかず   | 使われている材料  | おやつ                   | 栄養価 ※未満児(1)              |                          |
|----|----|---------------------|-------------------|------------------|---|---|-----------------------|--------------------------|--------------------------|
|    |    |                     |                   |                  |   |   |                       | エネルギー<br>kcal            | たんぱく質<br>g               |
| 1  | 日  |                     |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 2  | 月  |                     | ミニゼリー<br>クラッカー    | ご飯               | 豆腐チャンプル<br>ナムル<br>バナナ   | 豚挽き肉、玉葱、人参、ニラ、豆腐、竹の子、他<br>もやし、ほうれん草、干わかめ、胡麻、醤油、他                              | かいじゅう揚げ<br>麦茶         | 411 (506)<br>19 (16.4)   | 17 (17.0)<br>1.7 (1.2)   |
| 3  | 火  | 憲法記念日               |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 4  | 水  | みどりの日               |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 5  | 木  | こどもの日               |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 6  | 金  | お花祭り                | 卵ボーロ<br>麦茶        | ご飯               | チキンカレー<br>コンビニーションサラダ<br>オレンジ                                     | 鶏肉、スキムミルク、カレールウ、じゃが芋、玉葱、他<br>レタス、キャベツ、人参、コーン、干わかめ、他                           | 粕餅(未満児:煎餅)<br>牛乳      | 458 (412)<br>14.6 (11.9) | 16 (12.9)<br>1.8 (1.4)   |
| 7  | 土  |                     |                   | ご飯               | 親子丼<br>バナナ  | 鶏肉、卵、人参、えのき、グリーンピース、卵、他   |                       | 22.2 (32.7)<br>11.7 (10) | 12.3 (12.4)<br>0.7 (0.6) |
| 8  | 日  |                     |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 9  | 月  | こいのぼり運動会            | りんごジュース<br>(全園児)  | ご飯               | こいのぼりランチ<br>わかめおにぎり<br>チュウリップ揚げ<br>ウインナー<br>野菜ソテー<br>卵焼き<br>ミニゼリー | 米、塩わかめ、海苔<br>鶏肉、生葱、醤油、みりん、片栗粉、油<br>人参、キャベツ、もやし、アスパラ、コーン、他<br>卵、塩、砂糖           | レモンラスク<br>牛乳          | 562 (572)<br>33.4 (22.2) | 25.2 (19.4)<br>1.4 (1.1) |
| 10 | 火  | 避難訓練                | 卵ボーロ<br>牛乳        | バタークリーム<br>サンドパン | ポテトグラタン<br>わかめスープ<br>バナナ  | 牛乳、スキムミルク、ベーコン、ピーマン、玉葱、他<br>人参、玉葱、豆腐、もやし、干わかめ、コーン、他                           | オレンジパンチ               | 361 (477)<br>10.1 (14.1) | 10.2 (14.3)<br>1 (1.4)   |
| 11 | 水  |                     | 茹で芋<br>麦茶         | ご飯               | 鶏の唐揚げ<br>竹の子とおかかのサラダ<br>なめこ汁                                      | 鶏、生葱、塩、酒<br>マヨネーズ、人参、竹の子、きゅうり、かつお節、他<br>煮干し、玉葱、人参、大根、豆腐、なめこ、他                 | ココアプラス<br>煎餅          | 279 (385)<br>13.4 (8.8)  | 16.7 (13.7)<br>1.4 (1.0) |
| 12 | 木  |                     | カップゼリー            | コッペパン            | 海苔スパゲッティ<br>味噌ドレッシングサラダ<br>牛乳                                     | ベーコン、イカ、玉葱、人参、えのき、青のり、他<br>ハム、キャベツ、きゅうり、人参、玉葱、味噌、他                            | UFO煎餅<br>麦茶           | 363 (448)<br>14.7 (13.7) | 14.5 (14.7)<br>1.7 (1.9) |
| 13 | 金  | 年長体験参観日             | マカロニ安倍川<br>麦茶     | ご飯               | 肉じゃが<br>和風マリネ<br>オレンジ   | 豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、しらたき、油、他<br>キャベツ、人参、干わかめ、干芋ひじき、他                                | ヨーグルト蒸しパン<br>牛乳       | 424 (524)<br>15.2 (13.2) | 15.1 (15.8)<br>1.4 (1.0) |
| 14 | 土  |                     |                   | 麺                | きつねうどん<br>クラッシュゼリー  | 鶏肉、油揚げ、玉葱、人参、干わかめ、他<br>かんてんばば   |                       | 228 (182)<br>3.9 (3.1)   | 8.6 (6.9)<br>2.8 (2.3)   |
| 15 | 日  |                     |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 16 | 月  | 誕生会<br>未満児体験参観日     | 棒ビスケット<br>ぶどうジュース | ご飯               | 五目炊き込みご飯<br>台湾風和え物<br>五目スープ<br>ミニゼリー                              | 鶏肉、人参、ごぼう、油揚げ、干椎茸、醤油、他<br>ハム、人参、にら、もやし、小女子、醤油、酢、他<br>ベーコン、人参、じゃが芋、玉葱、豆腐、えのき、他 | チーズケーキ<br>牛乳          | 410 (548)<br>18.4 (16.1) | 19.6 (18.7)<br>1.8 (1.6) |
| 17 | 火  |                     |                   | ベーグル             | コーンシチュー<br>和風サラダ<br>バナナ   | 玉葱、人参、じゃが芋、牛乳、生クリーム、他<br>イカ、卵、レタス、きゅうり、油、醤油、酢                                 | カルピスゼリー               | 355 (481)<br>12.8 (10.9) | 14.4 (15.2)<br>1.3 (1.4) |
| 18 | 水  | おはなしくらぶ             | かぼちゃマッシュ<br>牛乳    | ご飯               | ひじきの五目煮(未満児:大豆煮)<br>ハンサムソー<br>オレンジ                                | 豚肉、干芋ひじき、大豆、豚骨、竹輪、玉葱、他<br>春雨、きゅうり、ほうれん草、ハム、卵、胡麻、他                             | フルーツグラノーラクッキー<br>牛乳   | 473 (612)<br>21.3 (20.3) | 19.5 (20.3)<br>1.9 (1.4) |
| 19 | 木  | 園便り<br>高齢地域巡回       | フルーチェ             | チョコサンドパン         | かじきのマヨネーズ焼き<br>塩もみ野菜<br>ミックススープ                                   | かじき、塩、胡麻、酒、パセリ、マヨネーズ、他<br>キャベツ、きゅうり、塩<br>ミックスベジタブル、玉葱、豆腐、じゃが芋、他               | 胡麻マカロニ<br>牛乳          | 335 (389)<br>16.4 (15.4) | 18 (17.2)<br>1 (1.1)     |
| 20 | 金  | 年中体験参観日<br>えいごであそぼ! | カップゼリー            | ご飯               | ずき焼き丼<br>磯辺和え<br>バナナ  | 豚肉、しらたき、玉葱、人参、もやし、竹輪、他<br>チーズ、人参、キャベツ、ほうれん草、海苔、他                              | カラメルホットケーキ<br>牛乳      | 584 (654)<br>34.6 (25.6) | 18.1 (17.1)<br>1.5 (1.3) |
| 21 | 土  |                     |                   | 麺                | 味噌ラーメン<br>オレンジ  | 干中華麺、豚肉、人参、玉葱、もやし、他   |                       | 191 (158)<br>2.1 (1.6)   | 9.3 (7.6)<br>2.1 (1.6)   |
| 22 | 日  |                     |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 23 | 月  |                     | コーンフレーク<br>牛乳     | ご飯               | 竹輪のしどり蒸し<br>ゆかり和え<br>岩竹汁  | 鶏挽肉、竹輪、玉葱、人参、卵、砂糖、他<br>キャベツ、きゅうり、ゆかり<br>かつお節、人参、玉葱、豆腐、えのき、竹の子、他               | ヨーグルト和え               | 215 (376)<br>3.5 (6.4)   | 11.1 (13.2)<br>1.8 (1.4) |
| 24 | 火  |                     | 茹でじゃが<br>麦茶       | 米粉パン             | ゆで豚のサラダ<br>春雨スープ<br>バナナ   | 豚肉、人参、きゅうり、レタス、もやし、胡麻油、他<br>ベーコン、春雨、人参、ほうれん草、豆腐、他                             | ハムチーズパン<br>牛乳         | 400 (426)<br>17.7 (15.0) | 20 (19.1)<br>1.9 (1.9)   |
| 25 | 水  |                     | うどん               | ご飯               | 鶏の照り焼き<br>三色お浸し<br>ずまし汁   | 鶏肉、砂糖、みりん、醤油、片栗粉<br>ほうれん草、人参、「もやし、かつお節、醤油、他<br>かつお節、人参、玉葱、白はんぺん、豆腐、他          | ブルーベリーヨーグルト<br>棒ビスケット | 271 (361)<br>12.2 (7.1)  | 16.6 (13.7)<br>1.1 (2.3) |
| 26 | 木  | しごと未来フェア            | クラッカー<br>牛乳       | レーズンパン           | 豚肉のケチャップ味<br>コーンキャベツ<br>ワタンスープ                                    | 豚肉、生葱、酒、片栗粉、ケチャップ、味噌、他<br>キャベツ、コーン、酢、油、塩、胡椒<br>玉葱、人参、もやし、油揚げ、にら、ワタタン、他        | ちまき風おにぎり<br>麦茶        | 354 (445)<br>12.6 (15.3) | 15.7 (18.6)<br>1.4 (1.7) |
| 27 | 金  | えいごであそぼ!            | ホイップ和え            | ご飯               | きんぴらごぼう<br>胡麻酢サラダ<br>グレープフルーツ                                     | 豚肉、ごぼう、人参、豚骨、竹輪、グリーンピース、他<br>人参、シーチキン、キャベツ、きゅうり、トマト、他                         | マカロニ<br>牛乳            | 420 (558)<br>22.1 (21.8) | 15.2 (15.3)<br>1.6 (1.3) |
| 28 | 土  |                     |                   | 麺                | 猪きうどん<br>バナナ  | 豚肉、人参、ピーマン、キャベツ、もやし、他   |                       | 203 (169)<br>7.7 (6)     | 5.7 (4.8)<br>1.3 (1.1)   |
| 29 | 日  |                     |                   |                  |   |   |                       |                          |                          |
| 30 | 月  |                     | サンドパン<br>牛乳       | ご飯               | レバーの胡麻醤油味<br>わかめ和え<br>味噌汁   | 豚レバー、生葱、醤油、酒、片栗粉、胡麻、他<br>キャベツ、きゅうり、塩わかめ<br>煮干し、玉葱、人参、豆腐、干わかめ、味噌               | ブラマンジェ                | 313 (511)<br>12.8 (15.0) | 16.7 (20.5)<br>1.6 (1.5) |
| 31 | 火  |                     | バナナ<br>麦茶         | 豚じゃムサンドパン        | 鮭のピカタ<br>コールスローサラダ<br>豆腐の中華スープ                                    | 鮭、粉チーズ、胡椒、小麦粉、卵、パセリ、他<br>キャベツ、人参、酢、油、塩、胡椒<br>ほうれん草、中華だし、もやし、えのき、他             | スペシャルクッキーサンド<br>牛乳    | 320 (307)<br>11.9 (89.0) | 22.5 (16.2)<br>0.7 (1.0) |

\* 都合により取立を変更する場合があります。

|          | エネルギー(kcal) | 蛋白質(g) | 脂肪(g) | カルシウム(mg) | 食塩(g) |
|----------|-------------|--------|-------|-----------|-------|
| 以上児(基準値) | 370         | 15~25  | 12~18 | 260       | 1.5   |
| (摂取平均値)  | 383         | 16.8   | 16.6  | 233       | 1.5   |
| 未満児(基準値) | 470         | 14~22  | 10~15 | 220       | 1.5   |
| (摂取平均値)  | 470         | 16.4   | 14.6  | 234       | 1.5   |