

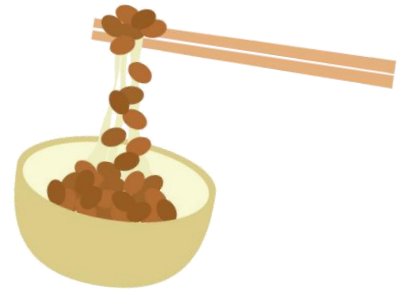
5月の給食だよ！

新緑の葉が風にそよぎ、木漏れ日の差す気持ちの良い季節になりました。すみれ乳児院の子どもたちは、近所の緑地公園までお弁当やおやつをもってピクニックへ行き、季節を楽しんでいます。たくさん遊んだ後には、美味しいご飯を食べて、ぐっすり寝て、健やかに成長してほしいですね。今月は、すみれ乳児院の子どもたちの大好きなメニューの紹介です。



< 子どもたちの大好きなメニュー >

- 鶏の照り焼き
- 納豆和え



～鶏の照り焼き～

(材料) 子ども 1人、大人 2人

- 鶏もも肉…2枚 (500g)
- 砂糖…大さじ 1
- 酒…大さじ 2
- しょうゆ…大さじ 2
- 油…大さじ 2/3



(作り方)

- ① 鶏肉を 1口サイズに切る。
- ② 砂糖・酒・しょうゆを鶏肉に揉みこむ。
- ③ フライパンを中火にかけて、油を引き、②を入れる。皮面を焼いたら蓋をして火を通す。(8分程)
- ④ お肉に火が通ったら完成！

もっと楽チンに…！！

☆カットされたお肉を買うのも良いですね！
 ☆カットしたお肉をポリ袋に入れて調味料を揉みこめば、洗い物が減ります！

～納豆和え～

(材料) 子ども 1人、大人 2人

- 納豆…2パック
- ほうれん草…1束
- にんじん…1/2本
- ☆かつお節…小袋 1つ
- ☆しょうゆ…小さじ 1
- (納豆タレも OK)



野菜は何でも OK！海苔だけでも美味しいです☆

(作り方)

- ① ほうれん草を湯がいて、食べやすい大きさに切る。
塩を少し入れて湯がくと、きれいな緑に☆
- ② にんじんは薄いいちょう切りにして、湯がく。
- ③ 納豆を混ぜ、①と②と☆を混ぜて完成！

もっと楽チンに…！！

電子レンジで加熱しても OK！

- 冷凍ほうれん草：600W で 30～50 秒程
- 切ったにんじん：600W で 2～3 分程

ももいろグループ ☆1歳のお誕生日、初めてのケーキ☆

こすもすホームで誕生日会がありました。今回の誕生日は 1歳のお祝いです。みんなに「おめでとう！」と拍手をしながら言われ、自分のこととはまだわからなかったようですが自分でもパチパチと一緒に手を叩いていました。誕生日会ではデコレーションケーキでお祝いをします。当院では 1歳の誕生日に初めて生クリームのケーキを食べます。初めての生クリームを食べるの反応はあまりお口には合わなかったようですが、子どもたちみんなですべておいしくいただきました！！

1歳の誕生日会は、初めての食に触れる機会にもなっています☆



ももいろグループ 大西

5月 予定献立表

すみれ乳児院 2024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	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	1、15日：ご飯、ふくさ卵 小松菜の煮浸し、すまし汁、果物 29日：ご飯、青のり卵焼き 大根のかめ煮、すまし汁、果物	ヨーグルト 市販菓子 お茶	1、15日：あんかけ焼きそば チンゲン菜のクリーム煮 29日：わかめうどん 厚揚げマヨチーズ
2日 16日 30日	(木)	パン みかん缶 飲むヨーグルト	2日、16日：ご飯、鶏のチーズ焼き ブロッコリーのソテー、スープ、果物 30日【昼食パーティ】当日のお楽しみ♪ 各グループで食事を作ります！	2日、16日： ホットケーキ、牛乳  30日：きな粉おにぎり、お茶	2日、16日：ご飯、さばの塩焼き ごぼうの煮物、すまし汁 30日：ご飯、さばの味噌煮 チンゲン菜のおかか炒め、すまし汁
3日 17日 31日	(金)	ごはん ふりかけ  みそ汁	3、17日：ご飯、さわらの西京焼き 切干大根の煮物、みそ汁、果物 31日：ハヤシライス マカロニサラダ、果物	3、17日：みたらし団子、お茶 31日：いももち、お茶	3、17日：きゅうりとしらすのご飯 肉じゃが、みそ汁 31日：ご飯、コロック ゆで野菜、ミルクスープ
4日 18日	(土)	パン2種・バナナ ヨーグルト・牛乳	焼きうどん 長芋の煮物、果物	やきいも 牛乳	ご飯、カレイの磯辺焼き 白菜のしのだ煮、すまし汁
5日 19日	(日)	食パン チーズ ミックスキャロット キャベツツナソテー	ご飯  豚肉の変わり焼き にんじんの甘煮 みそ汁 果物	 こどもの日 5日【こどもの日】 こいのぼりクッキー、牛乳 19日：市販菓子、牛乳	5日【こどもの日】 こいのぼりカレー フルーツヨーグルト  19日【お誕生日献立】  ご飯（当該Gはおにぎり）、から揚げ フライ風ポテト、豆腐すまし汁、 フルーツポンチ
6日 20日	(月)	ごはん・ふりかけ ミートボール・みそ汁	豆ご飯、鶏の照り焼き  白菜土佐煮、みそ汁、果物	蒸しパン 牛乳	ご飯、まさご揚げ ほうれん草の和え物、すまし汁
7日 21日	(火)	パン2種・チーズ バナナ・牛乳	7日：ご飯、にら卵、長芋の煮物 わかめスープ、果物 21日【防災食】パスタ、長芋煮、バナナ	ツナマヨおにぎり お茶	ご飯 いわしのさんが焼き チンゲン菜の炒め物、みそ汁
8日 22日	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	ご飯、さばの香味焼 筑前煮、すまし汁、果物	ヨーグルト・市販菓子 お茶	ちゃんぽんラーメン  かぼちゃいとこ煮
9日 23日	(木)	パン・みかん缶 飲むヨーグルト	ご飯、肉豆腐 にんじんしりしり、みそ汁、果物	ボンデケーショ 牛乳	ご飯、カレイの西京焼き 大根のそぼろ煮、すまし汁
10日 24日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁	カレーライス、果物 10日：ブロッコリーサラダ 24日：ブロッコリーとゆで卵	大豆スコーン 牛乳	ご飯、とりの天ぷら 納豆和え、みそ汁
11日 25日	(土)	パン2種・バナナ ヨーグルト・牛乳	和風スパゲティ 白菜の煮物、果物	じゃこおにぎり お茶	ご飯、豚肉の変わり焼き ピーマンきんぴら、みそ汁
12日 26日	(日)	食パン チーズ ミックスキャロット キャベツツナソテー	12日【お誕生日献立】 ご飯、みそ汁、 じゃがいもソテー、フルーツポンチ (当該G子ども分)チュウリップから揚げ (他G子ども+全職員分) 鶏の照り焼き 26日：ご飯、鶏の照り焼き じゃがいものソテー、みそ汁、果物	市販菓子 牛乳	12日【お誕生日献立】 (当該G) オムライス (他グループ) チキンライス ミートボール、コンソメスープ 26日：ハヤシライス フルーツヨーグルト
13日 27日	(月)	ごはん ふりかけ ミートボール みそ汁	ご飯 松風焼き 小松菜の煮浸し みそ汁、果物	さつまいもトースト  牛乳	13日：ご飯、コロック ゆで野菜、スープ 27【お誕生日献立】 チキンライス、 ハンバーグ、野菜スティック、果物
14日 28日	(火)	パン2種・バナナ ブロッコリー・牛乳	さわやかご飯 鮭の塩焼き、豚汁、果物	バナナケーキ 牛乳	ご飯、鶏のきし焼き ほうれん草のおかか和え、すまし汁

～5月の予定～

- ★5月5日【こどもの日】 おやつ：こいのぼりクッキー、牛乳
夕食：こいのぼりカレー、フルーツヨーグルト
- ★5月21日【防災食】 昼食：防災パスタ、長芋の煮物、バナナ
※ホームの職員が災害時を想定して、限られた食材で作ります。
- ★5月30日【昼食パーティ】 当日までのお楽しみ♪ 各グループで作ります！
- ★朝食・パンのお買い物 5月8日（水）、5月15日（水）、5月22日（水）

