



園だより

令和7年5月1日

社会福祉法人 カナの会
チャイルドスクエア狭山広瀬

さわやかな風が吹くようになり、子ども達は元気いっぱい園庭で遊んでいます。夏になるのも早そうなので、今からたくさん気持ちよい季節を楽しみたいと思います。5月より、園児数も85名となり、ますます賑やかになります。保護者の皆様には、園の運営について様々ご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。子ども達の笑顔のために、職員一同精一杯保育をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

園長 五十嵐冴子



★★★★5月の行事予定★★★★

5月 2日(金) 端午の節句
5月 3日(土) 憲法記念日
5月 4日(日) みどりの日
5月 5日(月) こどもの日
5月 6日(火) 振替休日
5月 7日(月)～13日(火) 身体測定
5月12日(月) 避難訓練
5月20日(火) 誕生会

☆☆☆ 親子遠足 ☆☆☆

5月24日(土)

場所：彩の森公園 入間公園



☆☆☆ 避難訓練 ☆☆☆

5月20日(月)

設定：火災（非常ベルの音を知る）



こどもの日ってどんな日？

日本における国民の祝日の一つ。「子どもの人格を重んじ、子どもの幸福を願う日」です。端午の節句と同日で、意味合いが異なるそうです。端午の節句は、主に男の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。どちらも子どもの幸せを願うことが主な趣旨となるようです。

端午の節句では、次のような風習があります。五月人形を飾る・鯉のぼりをあげる・菖蒲湯に入る・柏餅やちまきを食べるなどです。ご家庭でも何か一つ行ってみるのもよいのではないのでしょうか？

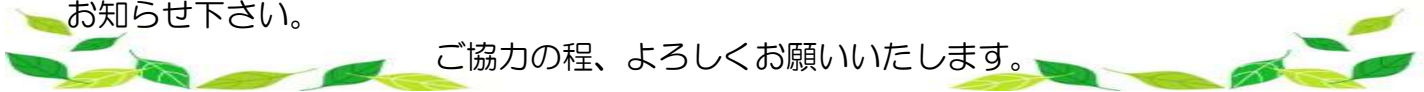


～ お願い ～

○保育園は集団生活の場となります。お子様の体調に不安があるときには、通院していただき、医師の判断を仰いでいただくと有難いです。

○園での発熱等、ご連絡をさせていただくことがあります。連絡先がいつもと異なる場合は、お知らせ下さい。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。





令和7年度5月

チャイルドスクエア狭山広瀬

木々の緑がひととき鮮やかになり、外遊びが楽しい季節になりました。

子供たちは新しい生活にも少しずつ慣れてきて、

新しいお友達と一緒に笑顔で給食を食べている姿が多く見られるようになってきました。

今年も季節外れの暑さが予想されますので、水分補給をしっかりと行い、たくさん食べて、

たくさん遊んで今月も元気いっぱい過ごしていきましょう。

おやつのおすすめ

おやつは食事でとれない栄養を補うためのものです。お菓子ばかりのおやつが習慣にならないように、果物や乳製品を組み合わせたり、手作りを心がけましょう。

おやつのでき

- 米……おじや、チーズおにぎりなど
- パン……サンドイッチ、ラスクなど
- 麺……焼うどん、五目うどんなど
- イモ……蒸かしイモ、ジャガイモのお焼きなど
- 小麦粉……ホットケーキ、蒸しパンなど

【いもち】

*材料(約3人分)

- ・じゃがいも・・・140g(中1個)
- ・片栗粉・・・12g(大さじ3/4)
- ・塩・・・0.5g(小さじ1/5弱)
- ・サラダ油・・・適量
- ・砂糖・・・4g
- ・しょうゆ・・・3g
- ・水・・・12g
- ・片栗粉・・・2.5g

*作り方

- ①じゃがいもを茹でて潰す。あるいは耐熱容器に入れて600W 3～4分加熱して潰す。
- ②①に片栗粉と塩を混ぜて均一に混ぜる。
- ③小判型に成型する。※握り辛かったら手に油をつけて握る。
- ④オーブン180℃10分加熱する。あるいはトースターやフライパンで軽く焼き色がつくまで両面を焼く。
- ⑤鍋に砂糖、しょうゆ、水を加えて火にかけ、水溶き片栗粉でとろみをつけたらタレの完成。
- ⑥お好みでタレをかけて召し上がれ！

“和の配膳”とは

「ごはん」と「汁」と「香の物」に3種類のおかずが添えられる献立を「一汁三菜」といい、栄養バランスのよい食事となります。

和食の器の正しい並べ方は、向かって、手前の左にごはん、手前の右に汁物、右奥に焼き魚などの主菜、左奥に煮物などの副菜、真ん中に漬物やお浸しなどの副菜。お箸は持つ部分を右側にして手前に横一文字に。お茶は右側に置きます。

和食の配膳は、とても合理的に食べやすく出来ています。子どもたちにも和食の配膳の正しい位置を伝えていくことが大切ですね。

給食作りへの思い

給食室では、子どもたちへの愛情はもちろん、子どもの口に入るものを作るという重要な役割にやりがいと責任を感じて毎日作っています。栄養バランスや安全な食材選び、薄味の心がけ、食べやすい切り方、盛りつけ、彩り…子どもたちの「おいしかったよ！」の聲が何よりの励みです。



5月の行事食予定

5月2日(金)端午の節句メニュー
5月12日・26日(月)郷土料理(狭山市)
5月20日(火)誕生日メニュー

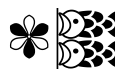




令和7年5月



献立表



チャイルドスクエア狭山広瀬(以上児)

日	曜			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー	
		昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	15	木	ごはん 鶏製豆腐 南瓜の煮物 味噌汁（キャベツ・油揚げ） 牛乳	牛乳 ヨーグルト入り チーズケー キ	鶏ひき肉 豆腐 油揚げ ★白みそ 牛乳 豆乳 ヨーグルト クリームチーズ	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★片栗粉 ホットケーキミックス バター	たまねぎ にんじん しいたけ グリンピース かぼちゃ キャベツ	1杯分 -： 613kcal カバク：26g 脂質：22.8g	炭水化物：84.8g 食塩相当量： 1.5g	小麦 乳 鶏肉 大豆
2		金	こいのぼりごはん カレー マセドアンサラダ オレンジ コンソメスープ（小松菜・ウィンナー） 牛乳	牛乳 かしわ餅風	豚肩ロース ロースハム 牛乳 スキムミルク ゆで小豆缶	米 じゃがいも ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 白玉粉	グリンピース たまねぎ にんじん きゅうり 黄ピーマン セロリー オレンジ えのきたけ こまつな ほうれんそう	1杯分 -： 609kcal カバク：20.5g 脂質：21.2g	炭水化物：90.6g 食塩相当量： 2.2g	小麦 乳 オレンジ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
7	21	水	ごはん 蒸し鶏のごまソースかけ ひじきの煮物 小松菜ののりスープ 牛乳	牛乳 いもち	鶏もも ひじき 油揚げ だいず ロースハム 牛乳	米 ★砂糖 ねりごま ★ごま油 ★片栗粉 じゃがいも ★サラダ油	にんじん こまつな たまねぎ	1杯分 -： 471kcal カバク：23g 脂質：14.6g	炭水化物：68.5g 食塩相当量： 1.3g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
8	22	木	ごはん 磯風味鶏つくね 高野豆腐の含め煮 味噌汁（里芋・なめこ） 牛乳	牛乳 ツナ昆布おに ぎり	鶏ひき肉 鶏レバー 豆乳 豆腐 ひじき あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳 塩昆布 ツナ水煮缶	米 ★片栗粉 ★砂糖 じゃがいも さといも	たまねぎ にんじん なめこ わけぎ	1杯分 -： 536kcal カバク：24.8g 脂質：15.2g	炭水化物：80.9g 食塩相当量： 1.4g	小麦 乳 鶏肉 大豆
9	23	金	枝豆ごはん カレイ香草パン粉焼き 菊金平 味噌汁（ほうれん草・葱） 牛乳	牛乳 メロンパン風 トースト	しらす 塩昆布 かわい ハルメサンチース 竹輪 だいず かつお節 ★白みそ 牛乳	米 ★オリーブ油 パン粉 ★ごま油 ★砂糖 こま 焼きふ 食パン ホットケーキミックス バター グラニュー糖	えだまめ たけのこ にんじん ほうれんそう	1杯分 -： 544kcal カバク：28.8g 脂質：17.3g	炭水化物：73.7g 食塩相当量： 2.2g	小麦 乳 大豆 こま
10	24	土	油麩のあんかけ丼 ほうれん草のツナマヨサラダ 味噌汁（さつまいも、えのき） 牛乳	麦茶 苺ヨーグルト	ツナ油漬缶 ★白みそ 牛乳 ヨーグルト	米 油ふ ★砂糖 ★片栗粉 さつまいも いちごジャム	にんじん たまねぎ ほうれんそう きゅうり えのきたけ コーン	1杯分 -： 393kcal カバク：13.9g 脂質：11.4g	炭水化物：62.3g 食塩相当量： 1.3g	小麦 乳 大豆
12	26	月	ごはん 里芋コロッケ チキンサラダ ミルクスープ 麦茶	牛乳 さや抹茶プリ ン風	ぶたひき肉 ★白みそ 牛乳 ささみ クリーム ゼラチン	米 ★サラダ油 ★砂糖 さといも ★片栗粉 ★薄力粉 パン粉 ねりごま	たまねぎ もやし にんじん きゅうり ほうれんそう	1杯分 -： 586kcal カバク：21g 脂質：22.6g	炭水化物：80.1g 食塩相当量： 1.5g	小麦 乳 りんご 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 こま
13	27	火	麻婆ラーメン もやしのナムル ヨーグルトinゼリー 麦茶	牛乳 さばそぼろお にぎり	ぶたひき肉 豆腐 ★白みそ ★赤みそ ヨーグルト 牛乳 さば ツナ水煮缶	中華めん ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 こま 米	にら エリンギ 根深ねぎ もやし にんじん ほうれんそう	1杯分 -： 540kcal カバク：22.1g 脂質：13.2g	炭水化物：90.4g 食塩相当量： 2.2g	小麦 乳 さば 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
14	28	水	ごはん 鮭のレモン照り焼き ネバネバ和え 味噌汁（切干・ちくわ） 牛乳	牛乳 高野豆腐のそ ぼろおにぎり	紅鮭 きわびり納豆 しらす わかめ 竹輪 ★白みそ 牛乳 鶏ひき肉 高野豆腐	米 ★砂糖 ★ごま油	レモン果汁 ほうれんそう にんじん 切干大根 えのきたけ 根深ねぎ	1杯分 -： 543kcal カバク：31.2g 脂質：15.1g	炭水化物：75.9g 食塩相当量： 1.7g	小麦 乳 さけ 鶏肉 大豆 こま
16		金	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁（南瓜・玉ねぎ） 牛乳	牛乳 スナッペン ドウの素揚げ	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにゃく すりごま ★片栗粉	たまねぎ にんじん ほうれんそう かぼちゃ スナッペンえんどう	1杯分 -： 479kcal カバク：21.4g 脂質：16.6g	炭水化物：68.5g 食塩相当量： 1.4g	小麦 乳 豚肉 大豆 こま
17	31	土	カレーピラフ オレンジ わかめスープ 牛乳	牛乳 きな粉トース ト	ぶたひき肉 わかめ 牛乳 きなこ	米 ★サラダ油 こま ★ごま油 食パン ★砂糖	たまねぎ にんじん えだまめ コーン オレンジ 根深ねぎ えのきたけ	1杯分 -： 429kcal カバク：16.4g 脂質：13.8g	炭水化物：64.9g 食塩相当量： 1.1g	小麦 乳 オレンジ 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
19		月	ごはん 豚肉の味噌煮込み ハリハリ漬 すまし汁（玉ねぎ・豆腐） 牛乳	牛乳 マカロニきな 粉	豚もも ★赤みそ 塩昆布 豆腐 牛乳 きなこ	米 ★ごま油 ★砂糖 マカロニ・スパゲッティ	だいこん にんじん えのきたけ にら 切干大根 きゅうり たまねぎ わけぎ	1杯分 -： 536kcal カバク：25.5g 脂質：15.9g	炭水化物：77.6g 食塩相当量： 1.5g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
20		火	パン盛合せ 鶏のマーマレード焼き チーズサラダ（Fe） コーンスープ 麦茶	ぶどうジュース 小豆蒸しパン	鶏もも 牛乳 スキムミルク あずき	食パン マーマレード ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス バター	フロッキー にんじん たまねぎ きゅうり クリームコーン缶 ぶどうジュース	1杯分 -： 488kcal カバク：23.2g 脂質：13.3g	炭水化物：75.1g 食塩相当量： 2.1g	小麦 乳 オレンジ 鶏肉 大豆
30		金	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁（南瓜・玉ねぎ） 牛乳	牛乳 塩焼きそば	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳 豚肩ロース あおのり	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにゃく すりごま 中華めん	たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ ほうれんそう キャベツ にら	1杯分 -： 531kcal カバク：23.9g 脂質：17.9g	炭水化物：77.5g 食塩相当量： 1.6g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がございますので、ご了承下さい。

※★は調味料になっています。

※2日(金)は端午の節句メニュー、12日(月)は狭山献立、20日(火)は誕生日会メニューを提供します。

※食育予定: 玉ねぎ皮むき&じゃが芋・里芋洗い⇒7日(水)きりん/21日(水)ぞう

ほうれん草ちぎり⇒8日(木)うさぎ/12日(月)ばんだ/22日(木)りす

南瓜綿取り⇒14日(水)ぞう

玉ねぎ皮むき⇒15日(木)りす/29日(木)うさぎ

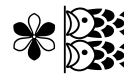




令和7年5月



献立表



チャイルドスクエア 狭山広瀬(未満児)

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー	
		朝おやつ	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	15	木	麦茶 ビスコ	ごはん 揚げ豆腐 南瓜の煮物 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) 牛乳	牛乳 ヨーグルト入 りチーズケー キ	鶏ひき肉 豆腐 油揚げ ★白みそ 牛乳 豆腐 ヨーグルト クリームチーズ バター	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★片栗粉 ホットケーキミックス バター	たまねぎ にんじん しいたけ グリンピース かぼちゃ キャベツ	I1杯-: 504kcal たんぱく:20.6g 脂質:19g	炭水化物:68g 食塩相当量: 1.1g	小麦 乳 鶏肉 大豆
2		金	麦茶 マンナ (ウェハース)	こいのぼりごはん カレー マセドアンサラダ オレンジ コンソメスープ (小松菜・ウィンナー) 牛乳	牛乳 かしわ餅風	豚肩ロース ロースハム 牛乳 スキムミルク ゆで小豆缶	米 じゃがいも ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 白玉粉	グリンピース たまねぎ にんじん きゅうり 黄ピーマン セロリ オレンジ えのきたけ こまつな ほうれんそう	I1杯-: 505kcal たんぱく:16.6g 脂質:17.5g	炭水化物:74.6g 食塩相当量:2g	小麦 乳 オレンジ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
7	21	水	麦茶 量たべよ	ごはん 蒸し鶏のごまソースかけ ひじきの煮物 小松菜のとしろスープ 牛乳	牛乳 いももち	鶏もも ひじき 油揚げ だいすけ ロースハム 牛乳	米 ★砂糖 ねりごま ★ごま油 ★片栗粉 じゃがいも ★サラダ油	にんじん こまつな たまねぎ	I1杯-: 379kcal たんぱく:18.1g 脂質:12.3g	炭水化物:54.2g 食塩相当量: 1.4g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
8	22	木	麦茶 ビスコ	ごはん 磯風味鶏つくね 高野豆腐のきめ煮 味噌汁 (里芋・なめこ) 牛乳	牛乳 ツナ昆布おに ぎり	鶏ひき肉 鶏レバー 豆腐 豆腐 ひじき あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳 塩昆布 ツナ水煮缶	米 ★片栗粉 ★砂糖 じゃがいも さといも	たまねぎ にんじん なめこ わけぎ	I1杯-: 442kcal たんぱく:19.7g 脂質:13g	炭水化物:65.4g 食塩相当量: 1.3g	小麦 乳 鶏肉 大豆
9	23	金	麦茶 マンナ (ウェハース)	枝豆ごはん カレー香草パン粉焼き 菊金平 味噌汁 (ほうれん草・麩) 牛乳	牛乳 メロンパン風 トースト	しらす 塩昆布 かいり ハルメサンチース 竹輪 だいすけ かつお節 ★白みそ 牛乳	米 ★オリーブ油 パン粉 ★ごま油 ★砂糖 こま 焼きたて 食パン ホットケーキミックス バター グラニュー糖	えだまめ たけのこ にんじん ほうれんそう	I1杯-: 451kcal たんぱく:23.1g 脂質:14.3g	炭水化物:60.7g 食塩相当量: 1.8g	小麦 乳 大豆 こま
10	24	土	麦茶 お菓子	油麩のあんかけ丼 ほうれん草のツナマヨサラダ 味噌汁 (さつまいも、えのき) 牛乳	麦茶 苺ヨーグルト	ツナ油漬 ★白みそ 牛乳 ヨーグルト	米 油 ☆ ★砂糖 ★片栗粉 さつまいも いちごジャム	にんじん たまねぎ ほうれんそう きゅうり えのきたけ コーン	I1杯-: 321kcal たんぱく:11.2g 脂質:8.9g	炭水化物:51.5g 食塩相当量: 0.9g	小麦 乳 大豆
12	26	月	麦茶 マンナ (ビスケット)	ごはん 里芋コロッケ チキンサラダ ミルクスープ 麦茶	牛乳 さや抹茶プリ ン風	ふたひき肉 ★白みそ 牛乳 ささみ クリーム ゼラチン	米 ★サラダ油 ★砂糖 さといも ★片栗粉 ★薄力粉 パン粉 ねりごま	たまねぎ もやし にんじん きゅうり ほうれんそう	I1杯-: 471kcal たんぱく:17.7g 脂質:18.3g	炭水化物:64.2g 食塩相当量: 1.1g	小麦 乳 りんご 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 こま
13	27	火	麦茶 マリー	麻婆ラーメン もやしのナムル ヨーグルトinゼリー 麦茶	牛乳 さばそぼろお にぎり	ふたひき肉 豆腐 ★白みそ ★赤みそ ヨーグルト 牛乳 さば ツナ水煮缶	中華めん ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 こま 米	にら エリンギ 根深ねぎ もやし にんじん ほうれんそう	I1杯-: 455kcal たんぱく:17.7g 脂質:11.3g	炭水化物:76.7g 食塩相当量: 1.8g	小麦 乳 さば 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
14	28	水	麦茶 量たべよ	ごはん 鮭のレモン照り焼き ネパネパ和え 味噌汁 (切干・ちくわ) 牛乳	牛乳 高野豆腐のそ ぼろおにぎり	紅鮭 ひきわり納豆 しらす わかめ 竹輪 ★白みそ 牛乳 鶏ひき肉 高野豆腐	米 ★砂糖 ★ごま油	レモン果汁 ほうれんそう にんじん 切干大根 えのきたけ 根深ねぎ	I1杯-: 440kcal たんぱく:24.4g 脂質:12.7g	炭水化物:60.2g 食塩相当量: 1.5g	小麦 乳 さけ 鶏肉 大豆 こま
16		金	麦茶 マンナ (ウェハース)	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁 (南瓜・玉ねぎ) 牛乳	牛乳 スナッペン ドウの素揚げ	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにやく すりこま ★片栗粉	たまねぎ にんじん ほうれんそう かぼちゃ スナッペンえんどう	I1杯-: 387kcal たんぱく:16.8g 脂質:13.7g	炭水化物:53.9g 食塩相当量: 1.3g	小麦 乳 豚肉 大豆 こま
17	31	土	麦茶 お菓子	カレーピラフ オレンジ わかめスープ 牛乳	牛乳 きな粉トース ト	ふたひき肉 わかめ 牛乳 きなこ	米 ★サラダ油 こま ★ごま油 食パン ★砂糖	たまねぎ にんじん えだまめ コーン オレンジ 根深ねぎ えのきたけ	I1杯-: 355kcal たんぱく:13g 脂質:10.9g	炭水化物:54.1g 食塩相当量: 1.1g	小麦 乳 オレンジ 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
19		月	麦茶 マンナ (ビスケット)	ごはん 豚肉の味噌煮込み ハリハリ漬け すまし汁 (玉ねぎ・豆腐) 牛乳	牛乳 マカロニきな 粉	豚もも ★赤みそ 塩昆布 豆腐 牛乳 きなこ	米 ★ごま油 ★砂糖 マカロニ・スパゲッティ	だいこん にんじん えのきたけ にら 切干大根 きゅうり たまねぎ わけぎ	I1杯-: 434kcal たんぱく:20.5g 脂質:13g	炭水化物:62.4g 食塩相当量: 1.3g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
20		火	麦茶 マリー	パン盛合せ 鶏のマーマレード焼き チーズサラダ (Fe) コーンスープ 麦茶	ぶどうジュース 小豆煮しパン	鶏もも 牛乳 スキムミルク あずき	食パン マーマレード ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス バター	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり クリームコーン缶 ぶどうジュース	I1杯-: 411kcal たんぱく:18.6g 脂質:11.2g	炭水化物:63.3g 食塩相当量: 1.6g	小麦 乳 オレンジ 鶏肉 大豆
30		金	麦茶 マンナ (ウェハース)	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁 (南瓜・玉ねぎ) 牛乳	牛乳 塩焼きそば	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳 豚肩ロース あおのり	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにやく すりこま 中華めん	たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ ほうれんそう キャベツ にら	I1杯-: 428kcal たんぱく:18.7g 脂質:14.7g	炭水化物:61.1g 食塩相当量: 1.5g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がございますので、ご了承下さい。

※★は調味料になっています。

※2日(金)は端午の節句メニュー、12日(月)は狭山献立、20日(火)は誕生日会メニューを提供します。

※食育予定: 玉ねぎ皮むき&じゃが芋・里芋洗い⇒7日(水)きりん/21日(水)ぞう

ほうれん草ちぎり⇒8日(木)うさぎ/12日(月)ばんだ/22日(木)りす

南瓜綿取り⇒14日(水)ぞう

玉ねぎ皮むき⇒15日(木)りす/29日(木)うさぎ

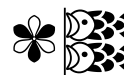




令和7年5月



献立表



チャイルドスクエア狭山広瀬(完了期)

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		アレルギー	
		朝おやつ	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	15	木	麦茶 ビスコ	ごはん 揚げ豆腐 南瓜の煮物 味噌汁（キャベツ・油揚げ） 牛乳	牛乳 ヨーグルト入りの チーズケーキ	鶏ひき肉 豆腐 油揚げ ★白みそ 牛乳 豆腐 ヨーグルト クリームチーズ バター	米 ★サラダ油 ★砂糖 ★片栗粉 ホットケーキミックス バター	たまねぎ にんじん しいたけ クリンピース かぼちゃ キャベツ	I値：- 441kcal たんぱく：18.2g 脂質：17g	炭水化物：60.2g 食塩相当量：1.1g	小麦 乳 鶏肉 大豆
2		金	麦茶 マンナ （ウェハース）	こいのぼりごはん カレー マセドアンサラダ オレンジ コンソメスープ（小松菜・ウィンナー） 牛乳	牛乳 かしわ餅風	豚肩ロース ロースハム 牛乳 スkimミルク ゆで小豆缶	米 じゃがいも ★薄力粉 ★砂糖 ★サラダ油 白玉粉	グリンピース たまねぎ にんじん きゅうり 黄ピーマン セロリ オレンジ えのきだけ こまつな ほうれんそう	I値：- 444kcal たんぱく：14.6g 脂質：15.7g	炭水化物：66.1g 食塩相当量：1.5g	小麦 乳 オレンジ りんご 鶏肉 豚肉 大豆
7	21	水	麦茶 量だべよ	ごはん 蒸し鶏のごまソースかけ ひじきの煮物 小松菜のとうとうスープ 牛乳	牛乳 いもち	鶏もも ひじき 油揚げ だいすけ ロースハム 牛乳	米 ★砂糖 ねりごま ★ごま油 ★片栗粉 じゃがいも ★サラダ油	にんじん こまつな たまねぎ	I値：- 337kcal たんぱく：16.2g 脂質：11.3g	炭水化物：47.8g 食塩相当量：1.1g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
8	22	木	麦茶 ビスコ	ごはん 磯風味鶏つくね 高野豆腐のきめ煮 味噌汁（里芋・なめこ） 牛乳	牛乳 ツナ 昆布おにぎり	鶏ひき肉 鶏レバー 豆腐 豆腐 ひじき あおのり 高野豆腐 ★白みそ 牛乳 塩昆布 ツナ水煮缶	米 ★片栗粉 ★砂糖 じゃがいも さといも	たまねぎ にんじん なめこ わけぎ	I値：- 390kcal たんぱく：20.3g 脂質：12.9g	炭水化物：58.3g 食塩相当量：1.3g	小麦 乳 鶏肉 大豆
9	23	金	麦茶 マンナ （ウェハース）	枝豆ごはん カレー香草パン粉焼き 筍金平 味噌汁（ほうれん草・麩） 牛乳	牛乳 メロンパン風 トースト	しらす 塩昆布 かいり ハルメサンチース 竹輪 だいすけ かつお節 ★白みそ 牛乳	米 ★オリーブ油 パン粉 ★ごま油 ★砂糖 こま 焼きたて 食パン ホットケーキミックス バター グラニュー糖	えだまめ たけのこ にんじん ほうれんそう	I値：- 394kcal たんぱく：20.3g 脂質：12.9g	炭水化物：53.6g 食塩相当量：1.7g	小麦 乳 大豆 こま
10	24	土	麦茶 お菓子	油麩のあんかけ丼 ほうれん草のツナマヨサラダ 味噌汁（さつまいも、えのき） 牛乳	麦茶 苺ヨーグルト	ツナ油漬 ★白みそ 牛乳 ヨーグルト	米 油ふ ★砂糖 ★片栗粉 さつまいも いちごジャム	にんじん たまねぎ ほうれんそう きゅうり えのきだけ コーン	I値：- 284kcal たんぱく：9.9g 脂質：7.9g	炭水化物：45.7g 食塩相当量：0.9g	小麦 乳 大豆
12	26	月	麦茶 マンナ （ビスケット）	ごはん 里芋コロッケ チキンサラダ ミルクスープ 麦茶	牛乳 さや抹茶プリン 風	ぶたひき肉 ★白みそ 牛乳 ささみ クリーム ゼラチン	米 ★サラダ油 ★砂糖 さといも ★片栗粉 ★薄力粉 パン粉 ねりごま	たまねぎ もやし にんじん きゅうり ほうれんそう	I値：- 415kcal たんぱく：14.6g 脂質：16.3g	炭水化物：56.9g 食塩相当量：1.1g	小麦 乳 りんご 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 こま
13	27	火	麦茶 マリー	麻婆ラーメン もやしのナムル ヨーグルトinゼリー 麦茶	牛乳 さばそぼろおにぎり	ぶたひき肉 豆腐 ★白みそ ★赤みそ ヨーグルト 牛乳 さば ツナ水煮缶	中華めん ★ごま油 ★砂糖 ★片栗粉 こま 米	にら エリンギ 根深ねぎ もやし にんじん ほうれんそう	I値：- 400kcal たんぱく：15.9g 脂質：10.1g	炭水化物：67.9g 食塩相当量：1.7g	小麦 乳 さば 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
14	28	水	麦茶 量だべよ	ごはん 鮭のしモン照り焼き ネパネパ和え 味噌汁（切干・ちくわ） 牛乳	牛乳 高野豆腐のそぼろおにぎり	紅鮭 ひきわり納豆 しらす わかめ 竹輪 ★白みそ 牛乳 鶏ひき肉 高野豆腐	米 ★砂糖 ★ごま油	レモン果汁 ほうれんそう にんじん 切干大根 えのきだけ 根深ねぎ	I値：- 373kcal たんぱく：21.3g 脂質：11.5g	炭水化物：50.8g 食塩相当量：1.1g	小麦 乳 さけ 鶏肉 大豆 こま
16		金	麦茶 マンナ （ウェハース）	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁（南瓜・玉ねぎ） 牛乳	牛乳 スナッペン ドウの素揚げ	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにゃく すりこま ★片栗粉	たまねぎ にんじん ほうれんそう かぼちゃ スナッペンどう	I値：- 338kcal たんぱく：14.8g 脂質：12.4g	炭水化物：47.9g 食塩相当量：1.2g	小麦 乳 豚肉 大豆 こま
17	31	土	麦茶 お菓子	カレーピラフ オレンジ わかめスープ 牛乳	牛乳 きな粉トースト	ぶたひき肉 わかめ 牛乳 きなこ	米 ★サラダ油 こま ★ごま油 食パン ★砂糖	たまねぎ にんじん えだまめ コーン オレンジ 根深ねぎ えのきだけ	I値：- 310kcal たんぱく：11.4g 脂質：9.9g	炭水化物：47.7g 食塩相当量：0.9g	小麦 乳 オレンジ 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
19		月	麦茶 マンナ （ビスケット）	ごはん 豚肉の味噌煮込み ハリハリ漬け すまし汁（玉ねぎ・豆腐） 牛乳	牛乳 マカロニきな粉	豚もも ★赤みそ 塩昆布 豆腐 牛乳 きなこ	米 ★ごま油 ★砂糖 マカロニ・スパゲッティ	だいこん にんじん えのきだけ にら 切干大根 きゅうり たまねぎ わけぎ	I値：- 379kcal たんぱく：17.8g 脂質：11.7g	炭水化物：55g 食塩相当量：1.2g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま
20		火	麦茶 マリー	パン盛合せ 鶏のマーマレード焼き チーズサラダ（Fe） コーンスープ 麦茶	ぶどうジュース 小豆煮しパン	鶏もも 牛乳 スキムミルク あずき	食パン マーマレード ★砂糖 ★サラダ油 ホットケーキミックス バター	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり クリームコーン缶 ぶどうジュース	I値：- 382kcal たんぱく：16.7g 脂質：10.5g	炭水化物：59.6g 食塩相当量：1.4g	小麦 乳 オレンジ 鶏肉 大豆
30		金	麦茶 マンナ （ウェハース）	ごはん 肉じゃが ほうれん草の白和え 味噌汁（南瓜・玉ねぎ） 牛乳	牛乳 塩焼きそば	豚もも 豆腐 ひじき ★白みそ 牛乳 豚肩ロース あおのり	米 じゃがいも ★サラダ油 ★砂糖 こんにゃく すりこま 中華めん	たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ ほうれんそう キャベツ にら	I値：- 374kcal たんぱく：16.4g 脂質：13.2g	炭水化物：54.2g 食塩相当量：1.4g	小麦 乳 牛肉 鶏肉 豚肉 大豆 こま

給食MEMO

※献立内容は変更する場合がございますので、ご了承下さい。

※★は調味料になっています。

※2日(金)は端午の節句メニュー、12日(月)は狭山献立、20日(火)は誕生日会メニューを提供します。

※食育予定：玉ねぎ皮むき&じゃが芋・里芋洗い⇒7日(水)きりん/21日(水)ぞう

ほうれん草ちぎり⇒8日(木)うさぎ/12日(月)ばんだ/22日(木)りす

南瓜綿取り⇒14日(水)ぞう

玉ねぎ皮むき⇒15日(木)りす/29日(木)うさぎ





令和7年5月 献立表

チャイルドスクエア狭山広瀬（離乳食）

日	曜日	離乳後期		離乳中期		離乳初期	
		主食	副食	主食	副食	主食	副食
1	15	木	3倍がゆ～軟飯 擬製豆腐風 南瓜の煮物 味噌汁(キャベツ) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	豆腐の野菜あん 南瓜の煮物 和風スープ(キャベツ) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト かぼちゃ・人参ペースト 和風スープ 麦茶
2		金	3倍がゆ～軟飯 肉じゃが カラフルサラダ みかん缶 小松菜のスープ 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	豆腐煮 コロコロ野菜煮 和風スープ(小松菜) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト じゃが芋・小松菜ペースト 和風スープ 麦茶
7	21	水	3倍がゆ～軟飯 鶏のごま照り煮 ひじきの煮物 小松菜ののりスープ 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	鶏肉煮 小松菜と玉ねぎの煮物 和風スープ 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト 小松菜・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
8	22	木	3倍がゆ～軟飯 磯風味鶏つくね 高野豆腐の含め煮 味噌汁(ふ) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	白身魚の煮つけ 高野豆腐の含め煮 和風スープ(ふ) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト じゃが芋・人参ペースト 和風スープ 麦茶
9	23	金	しらす粥 カレイのあんかけ 高野豆腐の金平風 味噌汁(ほうれん草・麴) 麦茶	しらす粥	カレイのあんかけ 高野豆腐煮 和風スープ(ほうれん草・ふ) 麦茶	しらす粥	白身魚ペースト ほうれん草・人参ペースト 和風スープ 麦茶
10	24	土	油麴の雑炊 ほうれん草のツナサラダ 味噌汁(さつまいも、コーン) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	豆腐煮 コロコロきゅうり煮 和風スープ(さつまいも) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト さつまいも・人参ペースト 和風スープ 麦茶
12	26	月	3倍がゆ～軟飯 肉じゃが風 チキンサラダ ミルクスープ(ほうれん草) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	鶏じゃが コロコロ野菜煮 和風スープ(ほうれん草) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト じゃが芋・人参ペースト ほうれん草ペースト 麦茶
13	27	火	味噌煮込みうどん もやしのナムル ヨーグルト 麦茶	煮込みうどん	ほうれんそう煮 ヨーグルト 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト 和風スープ 麦茶
14	28	水	3倍がゆ～軟飯 鮭のレモン照り煮 ネパネバ和え 味噌汁(ふ) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	鮭煮 野菜と納豆煮 和風スープ(ふ) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト ほうれん草・人参ペースト 和風スープ 麦茶
16	30	金	3倍がゆ～軟飯 肉じゃが ほうれん草の白和え煮 味噌汁(南瓜・玉ねぎ) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	鶏じゃが ほうれん草と豆腐煮 和風スープ(かぼちゃ) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
17		土	ひき肉野菜雑炊 ヨーグルト わかめスープ 麦茶	白身魚の雑炊	ヨーグルト 和風スープ 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト 人参・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
19	29	月/木	3倍がゆ～軟飯 豚肉の味噌煮込み きゅうりスティック すまし汁(玉ねぎ・豆腐) 麦茶	7倍がゆ～5倍がゆ	豆腐と野菜煮 コロコロきゅうり煮 和風スープ(玉ねぎ) 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	豆腐ペースト 人参・玉ねぎペースト 和風スープ 麦茶
20		火	食パン 鶏肉の照り煮 ブロッコリーサラダ コーンスープ 麦茶	パンかゆ	鶏肉煮 ブロッコリー煮 コーンスープ 麦茶	10倍がゆ～7倍がゆ	白身魚ペースト ブロッコリー・人参ペースト 和風スープ 麦茶



ほけんだより 5月号

令和7年 5月1日
社会福祉法人カナの会
チャイルド・シアター狭山広瀬

さわやかな風が心地よい季節となりましたね！

令和7年度が始まり、あっという間に1ヶ月が経ちました。春…というよりも、夏に近い暑さの日がありますね。暑さに慣れるまでは、熱中症や発熱に気を付けたいですね。身体を十分休め、栄養をたくさんとって、さらに暑くなる季節を乗り切れるようにしましょう。

生活リズムに気を付けましょう！

子ども達にとって、生活リズムを整えることは大切なことです。次のことに気を付けてみてはいかがでしょうか？

1. 朝、日の光を浴びよう
2. 朝ご飯を食べよう
3. 身体を動かし、昼間はしっかり活動しよう
4. 夜、暗くして早く寝よう

お休み中は、ゆっくりのんびり…お休みが
あける少し前に取り組んでみてくださいね。

誤飲に気を付けましょう！

0～3歳の小さな子どもに多い事故が「窒息事故」です。生後5～6ヶ月頃から、手につかんだものを何でも口に持っていくようになります。

【窒息の原因となるもの】

スーパーボール・木製のおもちゃ・あめ・
こんにゃくゼリー・ピーナッツ・文房具・硬
貨・ボタン・ボタン電池など

お休み中は、様々なところに行くことが多
くなります。その場その場で気を付けることが
大切ですね。



お 願 い

○送迎時には、玄関の手洗い場で手を洗いましょう。

○朝の検温時、**37.5℃以上**ある場合は、お預かりすることができません。また、**解熱後24時間**は、ご家庭で様子を見ていただきますようお願いいたします。

○怪我ややけど、ホクナリンテープを貼っているなど、お子様の状態がいつもと異なっている時は、保育士に必ずお伝え下さい。

○ひっかき傷になる恐れがございますので、爪が長くないか毎日ご確認をお願いします。

○暑くなりますので、髪の毛が肩についている場合は、結んで下さい。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。

