

5 きゅうしょくだより

2026年4月30日発行

さわやかな風が心地よく、新緑がぐんぐんと芽吹く気持ちのよい季節となりました。新しい環境にも少しずつ慣れ、子どもたちは毎日元気いっぱいにご飯をいただきます。給食の時間には「おかわり！」の元気な声や、苦手な食べ物にチャレンジする姿がみられ、とてもうれしく感じています。一人ひとりの“できた！”を大切にしていきながら、今月も楽しく食べる時間を育てていきます。



健康と美容に効く日本茶

日本茶（お茶）には、虫歯や口臭の予防効果があることをご存じでしたか？ お茶に含まれるフッ素とカテキンが、雑菌の繁殖を抑えて、口の中をさっぱりさせてくれるのです。ほかに、シミ予防や新陳代謝の促進、不安緩和・リラックスなど、美容や健康にうれしい効果がたくさんあります。ぜひ、生活の中にお茶を取り入れてみてください。



日本茶・中国茶・紅茶。製造方法が違うだけで、すべてチャノキの葉から作られています。

給食 Gallery



いすぐみ Boyz

おさかな、おさかな、おさかな



いすぐみ Girls

おさかな、おさかな、おさかな

日	曜	5がつのこんだてよていひょう	あさのおやつ (未満児)	おやつ
1	金	こいのぼりドライカレーライス グリーンサラダ ゆでたまご カルピスゼリー	いいこ チーズ	かぶとほるまき ミルク
2	土	千キンライス よしのじる キウイフルーツ	しろいふうせん ミルク	やさいかりんとう ミルク
4	月	みどりのひ		
5	火	こどものひ		
6	水	けんぽうきねんび ふりかえきゅうじつ		
7	木	むぎごはん さかなのやさいあんかけ しんじゃがのにももの わかめのみそしる	ゴマビスケット ミルク	パインケーキ ミルク
8	金	なっとうごはん ちくさやき えいようすいとん トマト	いいこ チーズ	フルーツサンド ミルク
9	土	ぎゅうどん けんちんみそしる りんご	かりんとう ミルク	まるぼうろ ミルク
11	月	ごこくごはん さほのやきおろしに さきイカサラダ かぼちゃのみそしる パナナ	せんべい ミルク	もちもちもち ミルク
12	火	ロールパン コーンクリームシチュー やさいいため ナゲット	パナナ ミルク	りんごヨーグルト ビスケット
13	水	むぎごはん にくじゃが ちくわのいそべあげ あおなのみそしる オレンジ	ヨーグルト	おやさいせんべい ミルク
14	木	ごこくごはん さかなのサルサソースかけ じゃがバターこんぶ ビーンズスープ	ミニドーナツ ミルク	とうふのガトーショコラ ミルク
15	金	げんまいのひ がんものごもくに かぼちゃのてんぷら わかめのみそしる	いいこ チーズ	きなこいもとうにゅう
16	土	ほいくさんかん		
18	月	むぎごはん さかなのあかねやき きざみこんぶに ぶのすいもの キウイ	せんべい ミルク	りんごケーキ ミルク
19	火	ごこくごはん やさいたっぷりやきそば ほるまき ちゅうかスープ	パナナ ミルク	よもぎだんご ミルク
20	水	むぎごはん ごもくだいず あじナゲット しんじゃがのみそしる パナナ	しろいふうせん ミルク	おっとっと ミルク
21	木	ごこくごはん サバのカレーに ほうれんそうのごまあえ たけのこのすいもの	ゴマクッキー ミルク	えだまめごはん ミルク
22	金	テニッシュパン とりにくのマーレードやき ポテトサラダ にらのみそしる	いいこ チーズ	フルーツヨーグルト
23	土	マーボーどうぶとん よしのじる オレンジ	かりんとう ミルク	サッポロポテト ミルク
25	月	むぎごはん さかなのまっちゃてん だいずとひじきのにももの えのきのすましじる	せんべい ミルク	じゃこおにぎり とうにゅう
26	火	ごこくごはん こうやどうぶのごもくに いもてん こまつなのみそしる	ゴマクッキー ミルク	ヨーグルト ビスケット
27	水	たんじょうかい(4・5がつうまれ)	いいこ チーズ	かっぱえびせん ミルク
28	木	ゆかりごはん にくごほうてんうどん ちんげんさいのコーンいため りんご	ミニドーナツ ミルク	フルーチェ ビスケット
29	金	むぎごはん さかなのあまずあん こんさいじる ポケモンチーズ	しろいふうせん ミルク	ごこくとうパン ミルク
30	土	ごもくチャーハン はくさいのちゅうかスープ パイナップル	かりんとう ミルク	パウムクーヘン ミルク



今月のクッキング
よもぎだんごづくりをします

