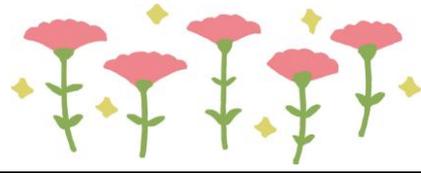




献立表



			1(木)	2(金)	3(土)
昼食			米飯 野菜のごま煮 ツナの酢の物	中華混ぜご飯 白菜と豚肉のスープ	
3時			サッポロポテトバーベキュー ミルク	源氏パイ 牛乳	
	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)
昼食			米飯 鶏肉のつけ焼き ツナみそドレッシングサラダ	三色丼 豆腐汁	米飯 白身魚のカレームニエル マカロニサラダ
3時			さやえんどう ミルク	バナナ 牛乳	ドーナツ ミルク
	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
昼食		米飯 赤魚の煮つけ 玉ねぎのみそ汁 味付け海苔	米飯 ポークビーンズ 春雨サラダ	チキンライス 野菜スープ ゆで卵	米飯 鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ
3時		たべっこどうぶつ ミルク	雪の宿 牛乳	きな粉パン 牛乳	バームクーヘン ミルク
	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
昼食	米飯 さばの味噌煮 かきたま汁	米飯 豚の生姜炒め バンサンスー	米飯 鶏肉のみそ煮 磯香和え	チキンカレー ヨーグルト ゆで卵	ひじきご飯 ブロッコリーのおかか和え すまし汁(えのき)
3時	つぶつぶベジタブル ミルク	クリームパン 牛乳	ベジたべる ミルク	ココア蒸しパン 牛乳	かっぱえびせん ミルク
	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
昼食	米飯 野菜卵焼き ひじきの煮物 ポイルウインナー	ロールパン スパゲティナポリタン バナナ	米飯 五目大豆 ブロッコリーのツナマヨ和え	米飯 鮭の塩焼き ほうれん草のサラダ 豆腐と油揚げのみそ汁	麻婆豆腐丼 蒸ししゅうまい
3時	ハーベスト ミルク	かにびす 牛乳	ハッピーターン 牛乳	ミニデニッシュ ミルク	オレンジ 牛乳
					31(土)
昼食					サンドイッチ ヨーグルト 乳酸菌飲料

※都合により変更する場合があります。



“八十八夜”

5月に入り、清々しい晴天が続く日が多く過ごしやすくなりましたね。

5月はゴールデンウィークや子供の日、母の日などイベントが盛りだくさんですが「八十八夜」という日をご存知でしょうか？

毎年立春から数えて88日目にあたる日のことを指し、春と夏の変わり目を意味する日とされています。

ちなみに2025年の八十八夜は5月1日です。この日を境に気候が安定してくると言われているそうです。

ついこの間まで寒さで震える日々を過ごしていたのに...もう夏がやってくると思うと1年って早く感じますね。

気候のいいこの時期にインテリアや寝具も夏たくをしてみるのはいかがでしょうか。

これから訪れる梅雨をさっぱりと過ごす知恵でもあります。

「カーテン、ソファカバー、クッションカバーを夏用に替える」「掛け布団やタオルケット、シーツを夏用に替える」

「エアコンの掃除」「虫よけネットの交換」などできる範囲で一足早く夏をお迎えしてみるのもいいですね。

また、だんだんと室温・湿度が高くなっていく時期でもあるので、自宅での食品の取り扱いも見直し食中毒の対策をしましょう。

