

あったか食事だより 5月

5月になり暖かく感じられる日も増えてきましたが、もうすぐ梅雨入りでもあり不安定な気候が続きます。梅雨の時期は湿度が高く、身体が暑さに慣れていないこともあり、体温調節をする準備が不十分です。熱中症の原因にもなるため、こまめな水分補給をしてこの時期を乗り越えましょう。



こどもの目

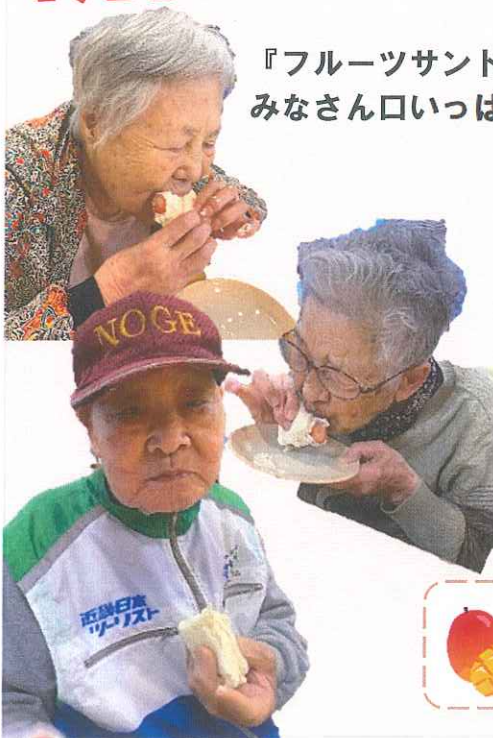
オムライス
星型コロッケ
コールスローサラダ
コーンスープ
カラフルゼリー



サラダ巻き
チキンチーズ大葉巻き
ほうれん草のごま和え
きのこ味噌汁
ミルクプリン

4月『フルーツサンド』レク

『フルーツサンド』レクを開催しました！
みなさん口いっぱい頬張り美味しそうに食べていました😊



フルーツはこちらの5種類！

