

5月の給食だより

爽やかな5月の風に吹かれ、園庭で楽しく遊ぶ子ども達。

笑顔いっぱいの毎日をご過ごしています。

5月5日はこどもの日。

子ども達の健やかな成長と幸せを願い、

5月7日はこどもの日メニューとしました。

★こどもの日メニュー★

- ・わかめご飯・ホキのフライ
- ・ポテトサラダ・コンソメスープ

★おやつ★

- ・こいのぼりジャムサンド・ヤクルト



4(月)		5(火)		6(水)		7(木)		8(金)		9(土)	
<div style="border: 2px dashed green; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">春野菜を食べよう</p> <p>竹の子、新じゃが、新玉ねぎ、春きゃべつ、アスパラなど、寒さに耐え冬の間エネルギーを溜め込んだ春野菜は、身体の新陳代謝を盛んにしてくれ、冬の間になまった身体を目覚めさせてくれます。5月もたくさん春野菜を取り入れています。15日には保育園で収穫した竹の子を使って、竹の子ご飯を提供します。</p> </div>						わかめごはん・ホキのフライ・ポテトサラダ コンソメスープ・牛乳 ☆ 精白米 カットわかめ ☆ ホキ トマトケチャップ ☆ じゃがいも きゅうり にんじん ツナ缶 マヨネーズ ☆ キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう こいのぼりジャムサンド・ヤクルト ☆ 食パン いちごジャム ブルーベリージャム ☆ 乳酸菌飲料		ご飯・鮭のマヨネーズ焼き・五目きんぴら みそ豆乳スープ・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 鮭 にんじん たまねぎ パセリ ☆ だいこん れんこん ごぼう にんじん いんげん ごまごま油 たけのこ ☆ 豆乳 にんじん 玉ねぎ かぼちゃ お茶・コーンフレークヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ コーンフレーク ヨーグルト		ご飯・豚丼・かぼちゃサラダ・みそ汁(豆腐) パナナ ☆ 精白米 ☆ 豚肉 たまねぎ にんじん さやいんげん ☆ かぼちゃ キャベツ にんじん ☆ 豆腐 たまねぎ にんじん ねぎ ☆ パナナ 牛乳・りんごゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ りんごジュース 寒天 りんご	
11(月) ご飯・お豆腐入りつくね・ひじき煮 みそ汁(さつまいも)・納豆 ☆ 精白米 ☆ 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん れんこん ☆ 乾ひじき さやいんげん 厚揚げ にんじん ☆ にんじん たまねぎ さつまいも ねぎ 牛乳・バナナ・チーズ ☆ 普通牛乳 ☆ バナナ ☆ チーズ		12(火) ご飯・お好焼風卵焼き・切干し大根の煮物 みそ汁(かぼちゃ) ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん ひじき お好み焼きソース あおさ ☆ 切干しだいこん にんじん さやいんげん ☆ かぼちゃ にんじん たまねぎ ほうれんそう		13(水) ご飯・さばの塩こうじ焼き 新じゃがとツナの煮物・春野菜カレースープ ☆ 精白米 ☆ さば 米こうじ ☆ じゃがいも ツナ缶 たまねぎ にんじん ☆ キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん カレールウ 牛乳・みかんケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキミックス みかん缶詰		14(木) ご飯・親子丼・小松菜のごま和え みそ汁(えのき) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 鶏卵 たまねぎ にんじん みつば ☆ こまつな キャベツ もやし にんじん ごま ☆ にんじん たまねぎ えのき ねぎ 牛乳・オレンジ・小魚 ☆ 普通牛乳 ☆ オレンジ		15(金) たけのこごはん・カレイの照り焼き 小松菜と厚揚げのお浸し・みそ汁 ☆ 精白米 油揚げ たけのこ ☆ まがれい ☆ にんじん こまつな たまねぎ 厚揚げ ☆ じゃがいも たまねぎ にんじん ねぎ 牛乳・ごまクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ ごま パター 薄力粉		16(土) ゆかりごはん・豚じゃが・ツナサラダ すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 豚肉 にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ ツナ缶 キャベツ にんじん きゅうり ☆ にんじん 玉ねぎ 豆腐 ねぎ 牛乳・きなこスティック ☆ 普通牛乳 ☆ 食パン きな粉 パター	
18(月) ご飯・健康ふりかけ・鮭のみそ焼き 小松菜のおかか和え・すまし汁(豆腐) ☆ 精白米 ☆ 煮干し あおさ ☆ 鮭 ☆ 小松菜 キャベツ もやし にんじん かつお節 ☆ にんじん 玉ねぎ 豆腐 えのき 牛乳・ホイップクリームパン ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン ホイップクリーム みかん缶詰		19(火) ご飯・チャプチェ・かぼちゃのオープン焼き みそ汁(豆腐)・牛乳 ☆ 精白米 ☆ キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ぶたひき肉 はるさめ ☆ かぼちゃ チーズ ☆ 木綿豆腐 にんじん たまねぎ こまつな お茶・フルーチェ ☆ 麦茶 ☆ 普通牛乳		20(水) ご飯・お豆腐ナゲット・ブロッコリーの塩炒め 春キャベツのミルクスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏ひき肉 豆腐 マヨネーズ ☆ キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ にんじん 豚ひき肉 ☆ にんじん 玉ねぎ キャベツ ほうれんそう 牛乳 牛乳・ココアクッキー ☆ 普通牛乳 ☆ ピュアココア 薄力粉 パター		21(木) ご飯・豚肉ビビンバ・ペイコドじゃが 新玉ねぎのスープ ☆ 精白米 ☆ 豚ひき肉 たまねぎ もやし にんじん 青ピーマン たれ ごま ☆ じゃがいも あおさ ☆ たまねぎ キャベツ ほうれんそう にんじん 牛乳・バナナ豆乳ケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ホットケーキ粉 バナナ 豆乳		22(金) ご飯・ヤンニョムチキン・三色ナムル すまし汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 トマトケチャップ おろしにんにく ☆ キャベツ もやし ほうれんそう にんじん ごま ☆ にんじん 玉ねぎ 切干大根 牛乳・フルーツゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ 寒天 りんごジュース みかん缶詰		23(土) ご飯・カレイのパン粉焼き ブロッコリーサラダ・みそ汁(えのき) ☆ 精白米 ☆ まがれい パン粉 パセリ ☆ キャベツ ブロッコリー にんじん ツナ缶 マヨネーズ ☆ えのきたけ たまねぎ こまつな にんじん 豆腐 牛乳・ごま昆布おにぎり ☆ 普通牛乳 ☆ 精白米 ごま 塩昆布	
25(月) ご飯・カレー麻婆豆腐・春雨の酢の物 チンゲン菜ともやしのスープ ☆ 精白米 ☆ たまねぎ にんじん ピーマン 豆腐 豚ひき肉 カレールウ ☆ はるさめにんじん キャベツ きゅうり ☆ チンゲンサイ もやし たまねぎ にんじん 牛乳・ココアいちごケーキ ☆ 普通牛乳 ☆ ピュアココア ホットケーキ粉 いちご		26(火) ツナ入り炊き込みご飯・厚揚げのそぼろ煮 キャベツのごま酢和え・かきたま汁 ☆ 精白米 ツナ缶 ひじき にんじん ☆ 厚揚げ 豚ひき肉 たまねぎ こまつな にんじん ☆ キャベツ もやし にんじん きゅうり いらごま ☆ にんじん たまねぎ 豆腐 鶏卵 ねぎ 牛乳・キャラットゼリー ☆ 普通牛乳 ☆ にんじん オレンジジュース 粉寒天		27(水) ご飯・納豆・鮭のコーンマヨ焼き 野菜のソテー・すまし汁(切干大根) ☆ 精白米 ☆ 納豆 ☆ 鮭 コーンクリーム マヨネーズ ☆ キャベツ 玉ねぎ こまつな にんじん 豚ひき肉 ☆ にんじん たまねぎ 切干しだいこん ねぎ 豆腐 牛乳・ゴマラスク ☆ 普通牛乳 ☆ ロールパン ごま パター		28(木) ご飯・オムレツ風(チーズ・ツナ) ひじきサラダ・コンソメスープ ☆ 精白米 ☆ 鶏卵 豆腐 にんじん たまねぎ ピーマン チーズ ツナ缶 トマトケチャップ ☆ にんじん キャベツ 乾ひじき マヨネーズ ☆ にんじん 玉ねぎ かぼちゃ 小松菜 牛乳・豆乳わらびもち ☆ 普通牛乳 ☆ 豆乳 きな粉		29(金) ご飯・鯖のカレー焼き・切り干し大根のサラダ かぼちゃの豆乳スープ・健康ふりかけ ☆ 精白米 ☆ さば カレー粉 薄力粉 ☆ 鶏もも肉 にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ 切干しだいこん にんじん マヨネーズ ツナ缶 キャベツ ☆ かぼちゃ 玉ねぎ ほうれんそう にんじん 豆乳 牛乳・お野菜ケーキ ☆ 麦茶 ☆ ホットケーキ粉 ほうれんそう かぼちゃ		30(土) ご飯・鶏肉と野菜の煮物・おかか和え みそ汁(豆腐)・牛乳 ☆ 精白米 ☆ 鶏もも肉 にんじん じゃがいも たまねぎ ☆ かつお節 キャベツ にんじん ☆ にんじん たまねぎ 豆腐 ねぎ お茶・苺ソースヨーグルト ☆ 麦茶 ☆ いちごジャム プレーンヨーグルト	

