

5月のこんだて



菊野台かしのみ保育園

日	曜	献立名	食品名	おやつ
1	金	ごはん	米	お茶 ビスケット
		バーベキューチキン	鶏肉・玉ねぎ・りんご	
		大根サラダ	大根・胡瓜・人参・ツナ・マヨネーズ	
		味噌汁 / 果物	キャベツ・えのきだけ	
2	土	ツナピラフ	米・ツナ・玉ねぎ・ピーマン・人参	お茶 せんべい
		ポテトサラダ	じゃが芋・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ	
		オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・パセリ	
7	木	ごはん	米	お茶 ゼリー
		鶏の照り焼き	鶏肉	
		茹でブロッコリー	ブロッコリー	
		トマト	トマト	
		味噌汁 / 果物	キャベツ・しめじ	
8	金	食パン	食パン	お茶 せんべい
		スペイン風オムレツ	卵・じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン	
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・しめじ・コーン・洋ドレ	
		ほうれん草スープ	ほうれん草・人参	
		果物		
9	土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・卵	お茶 ビスケット
		ナムル	ほうれん草・もやし・にんじん	
		わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
11	月	キーマカレーライス	米・豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ルウ	牛乳 ドーナツ 小麦粉・BP・牛乳 卵・砂糖
		豆腐サラダ	豆腐・胡瓜・コーン・ブロッコリー・和ドレ	
		トマト	トマト	
		果物		
12	火	味噌ラーメン	生中華麺・キャベツ・長ねぎ・もやし・にら・なると・焼豚	お茶 炊き込みご飯 米・油揚げ・人参 干し椎茸・ごぼう
		じゃが芋とアスパラソテー	じゃが芋・アスパラガス・人参・ベーコン	
		果物		
13	水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳 フルーツゼリー ゼラチン・もも缶 みかん缶
		鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ	
		ひじき煮物	ひじき・人参・干椎茸・絹さや	
		味噌汁	小松菜・玉ねぎ	
14	木	バターロール	バターロール	お茶 わかめうどん うどん・わかめ・人参 豚肉・しめじ
		マカロニグラタン	マカロニ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・牛乳・バター・チーズ	
		トマトマリネ	トマト	
		南瓜スープ	南瓜・パセリ	
		牛乳 / 果物	牛乳	
15	金	ごはん	米	お茶 ヨーグルト せんべい
		回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ	
		華風野菜	胡瓜・大根	
		味噌汁 / 果物	玉ねぎ・生揚げ	
16	土	カレーピラフ	米・ウインナー・玉ねぎ・ピーマン・カレー粉	牛乳 クリームパン
		胡瓜サラダ	胡瓜・人参・もやし・和ドレ	
		トマトスープ / 果物	トマト・玉ねぎ	
18	月	ごはん	米	牛乳 クッキー 小麦粉・豆乳マーガリン 卵・砂糖
		生姜焼き	豚肉・玉ねぎ・生姜	
		かぶ塩昆布和え	かぶ・胡瓜・人参・塩昆布	
		味噌汁 / 果物	白菜・万能ねぎ	
19	火	スパゲティミートソース	スパゲッティ・豚挽肉・玉ねぎ・人参・パセリ	お茶 筍昆炒めごはん 米・たけのこ・塩昆布 絹さや・バター
		アスパラサラダ	アスパラガス・キャベツ・かにかま・ブロッコリー・中華ドレ	
		ポテトスープ	じゃが芋・チンゲン菜	
		果物		

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※メニューの内容をご確認いただき、まだ食べたことのない食品がありましたら、保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

日	曜	献立名	食品名	おやつ
20	水	ピースごはん	米・グリーンピース	牛乳
		煮魚	カレイ	マカロニきな粉
		小松菜の卵とじ	小松菜・人参・もやし・卵	マカロニ・きな粉
		味噌汁 / 果物	大根・万能ねぎ	
21	木	食パン	食パン	お茶
		スペイン風オムレツ	卵・じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン	焼きそば
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・しめじ・コーン・洋ドレ	蒸し中華麺・豚肉
		ほうれん草スープ	ほうれん草・人参	キャベツ・もやし
		牛乳 / 果物	牛乳	人参・青のり
22	金	ごはん	米	牛乳
		バーベキューチキン	鶏肉・玉ねぎ・りんご	フライドポテト
		大根サラダ	大根・胡瓜・人参・ツナ・マヨネーズ	じゃが芋
		味噌汁 / 果物	キャベツ・えのきだけ	
23	土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・卵	牛乳
		ナムル	ほうれん草・もやし・にんじん	あんぱん
		わかめスープ / 果物	わかめ・玉ねぎ	
25	月	キーマカレーライス	米・豚挽肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ルウ	牛乳
		豆腐サラダ	豆腐・胡瓜・コーン・ブロッコリー・和ドレ	ドーナツ
		トマト	トマト	小麦粉・BP・牛乳
		果物		卵・砂糖
26	火	味噌ラーメン	生中華麺・キャベツ・長ねぎ・もやし・にら・なると・焼豚	お茶
		じゃが芋とアスパラソテー	じゃが芋・アスパラガス・人参・ベーコン	炊き込みご飯
		果物		米・油揚げ・人参 干し椎茸・ごぼう
27	水	発芽玄米ごはん	米・発芽玄米	牛乳
		鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ	フルーツゼリー
		ひじき煮物	ひじき・人参・干椎茸・絹さや	ゼラチン・もも缶
		味噌汁	小松菜・玉ねぎ	みかん缶
28	木	㊤ーランチ		牛乳
		ハンバーガー	バターロール・豚挽肉・玉ねぎ・卵・トマト	マーブルカップケーキ
		コールスローサラダ	キャベツ・胡瓜・人参・コーン・マヨネーズ	小麦粉・卵・砂糖
		春雨スープ	春雨・人参・たけのこ・生椎茸	牛乳・BP・ココア・バター
		牛乳 / 果物	牛乳	
29	金	ごはん	米	お茶
		回鍋肉	豚肉・キャベツ・ピーマン・赤パプリカ	ヨーグルト
		華風野菜	胡瓜・大根	せんべい
		味噌汁 / 果物	玉ねぎ・生揚げ	
30	土	カレーピラフ	米・ウインナー・玉ねぎ・ピーマン・カレー粉	牛乳
		胡瓜サラダ	胡瓜・人参・もやし・和ドレ	クリームパン
		トマトスープ / 果物	トマト・玉ねぎ	

○26日(火)、幼児クラスはお弁当になります。給食分は袋菓子の持ち帰りに対応致します。



★今月の目標栄養価
 乳児 エネルギー 444kcal 蛋白質 17.0g 脂質 15.3g
 幼児 エネルギー 518kcal 蛋白質 19.3g 脂質 16.7g



ちまきとかしわ餅



5月5日はこどもの日で「端午の節句」。もともと中国から伝わった五節句の一つで、ちまきやかしわ餅を食べます。ちまきは中国の聖人「屈原」の忌日が5月5日にあたり、とむらうためにお米を笹で巻いて蒸したものを供えたのが始まりと言われています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。



|

