



♡ 給食室より ♡

園生活にもそろそろ慣れてきた様子ですが、この時期は突然体調を崩してしまう子どももいます。子どもたちの表情や食欲などの変化に十分注意しながら、体調管理に気を付けていきましょう。



5月1日(金)		5月2日(土)									
<b>ちまきと柏餅</b> 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、ちまきや柏餅を食べます。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いわれています。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、また葉の強い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。		ハヤシライス ボイル野菜 こどもの日デザート 餅 白菜のゆかり和え 味噌汁 フルーツ									
ビスコ・ハッピーターン・牛乳 お菓子・牛乳		米 50 豚肉 50 たまねぎ 40 にんじん 1.5 グリンピース 1.5 ケチャップ 5 ハヤシルー 1.5 なたね油 1.5 2 インゲン 8 キャベツ 30 ブロッコリー 15 コーン 5 ごまドレッシング 0.5 こどもの日デザート 1 しょうゆ 20 たまねぎ 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30									
5月4日(月)		5月5日(火)		5月6日(水)		5月7日(木)		5月8日(金)		5月9日(土)	
<b>夏の収穫をお楽しみに!</b> 夏野菜の苗をみんなで植えました。ナス、ピーマン、トマトなど、給食では苦手な食べられない野菜も、園で育てて実ったものをその場で調理して食べれば、おいしさに感動すること間違いなしです。これから日照量が増え、気温も上昇するにつれ、ぐんぐん茎が伸び、花が咲いて実をつけていきます。子どもたちは毎日ワクワクしながら見守り、収穫を楽しみに待っています。飛んでくる蝶や、葉を食べる青虫も、子どもには魅力的な生き物です。						ごはん 鶏肉のコンフレーク焼き ブロッコリーのサラダ 味噌汁 フルーツ		ごはん マーボー厚揚げ かぼちゃの含め煮 味噌汁 パナナ		ハッシュドビーフ 胡瓜とツナのサラダ フルーツ	
ウインナーマフィン(手作り)・牛乳 米 45 鶏肉 80 オロシんにく 0.2 オロシ生姜 0.2 マヨネーズ 5 しょうゆ 1 コーンフレーク 10 ブロッコリー 20 にんじん 8 コーン 5 ツナ 10 酢 2 砂糖 1.5 しょうゆ 1 ごま油 0.5 小松菜 10 しめじ 10 うず揚げ 1.5 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30 ホットケーキミックス 9.6 牛乳1L 9.12 ウインナー 2.4 ビザ用チーズ 1.2						ほたほた焼き・牛乳 米 45 豚ミンチ 20 厚揚げ 20 はるさめ 1.5 たまねぎ 20 にんじん 10 しめじ 7 香ねぎ 3.5 オロシ生姜 1 白みそ 2.1 ツナ 14 コーン 1.4 しょうゆ 0.7 鶏ガラスープ 0.7 ごま油 1.4 片栗粉 0.7 かぼちゃ 60 砂糖 4 しょうゆ 3 だし 0.4 水 60 キャベツ 10 しめじ 10 味噌 6 水 100 パナナ 1/3		お菓子・牛乳 米 50 合挽ミンチ 35 たまねぎ 20 デミグラスソース 20 ケチャップ 7 ツナ 3 チーズ 0.5 砂糖 10 水 10 きゅうり 60 ツナ 10 コーン 3 マヨドレ 5 フルーツ缶 30			
5月11日(月)		5月12日(火)		5月13日(水)		5月14日(木)		5月15日(金)		5月16日(土)	
ごはん チンジャオロース マカロニサラダ 中華スープ フルーツ		ロールパン クリームシチュー スパゲティサラダ フルーツ		そぼろ丼 小松菜のお浸し オムレツ 味噌汁 フルーツ		ごはん 白身魚のフライ 大根と鶏の煮物 味噌汁 パナナ		豆乳うどん 中華和え 春巻ぎ ジョア		焼きそば 粉ふき芋 味噌汁 フルーツ	
雷の音・牛乳 米 45 豚ミンチ 30 たまねぎ 10 ピーマン 40 にんじん 8 だけこの 10 ハブリカ 5 なたね油 1 オロシ生姜 0.45 オロシんにく 0.3 マヨネーズ 0.75 しょうゆ 3 砂糖 1.05 酒 1.5 片栗粉 1 マカロニ 8 きゅうり 12 にんじん 10 ツナ 5 コーン 5 マヨネーズ 5 白菜 8 にんじん 8 ごま 0.5 鶏ガラスープ 1 水 100 フルーツ缶 30		ソフトサラダ・牛乳 ロールパン 60 鶏肉 25 さつまいも 30 たまねぎ 30 にんじん 10 ブロッコリー 5 なたね油 1 シチュールウ 10 牛乳1L 15 スキムミルク 3 水 84 スパゲティ 10 ハム 3.5 きゅうり 15 にんじん 10 マヨネーズ 5 フルーツ缶 30		バインケーキ(手作り)・牛乳 米 50 牛ミンチ 25 インゲン 10 なたね油 0.5 砂糖 2.4 しょうゆ 3 コーン 5 ごま 1 小松菜 40 にんじん 15 うず揚げ 8 かつお節 0.3 しょうゆ 1 みりん 2 オムレツ 30 ケチャップ 3 大根 20 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30 ホットケーキミックス 10 バター 5 砂糖 2.5 砂糖 7.5 フルーツ缶 7.5		スイートポテト(手作り)・牛乳 米 45 カレイ 80 小麦粉 5 パン粉 8 なたね油 3 ソース 3 ケチャップ 2 大根 35 にんじん 10 鶏肉 5 砂糖 1 みりん 1 しょうゆ 2 だし 0.2 水 30 キャベツ 10 うず揚げ 1.5 えのき 8 味噌 6 水 100 パナナ 1/3 さつまいも 40 砂糖 1.5 バター 1.3 牛乳1L 3.3		ばりんこ・牛乳 うどん 150 ごま油 0.5 豚肉 15 白菜 20 にんじん 10 豆乳 55 水 45 酒 5 焼きそばソース 6 なたね油 1.2 白こ(すり) 4 もやし 20 にんじん 8 小松菜 30 ツナ 10 しょうゆ 1.2 砂糖 0.4 ごま油 0.4 春巻ぎ 1 味噌 5 なたね油 1 ジョア 1 中華めん 100 ウインナー 20 ちくわ 8 キャベツ 20 もやし 10 にんじん 5 ピーマン 5 焼きそばソース 5 なたね油 1 じゃがいも 65 塩のり 0.1 塩のり 0.3 厚揚げ 10 えのき 8 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30			

5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)
ごはん ミートボール ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん 鯖のムニエル 小松菜のサラダ ほうれん草の豆乳スープ フルーツ	チキンカレー シーザーサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 鮭の照り焼き ナポリタン 豚汁 オレンジ	ごはん ミルフィーユとんかつ キャベツのごまじゃこサラダ 味噌汁 フルーツ	ひじきご飯 和風サラダ 味噌汁 フルーツ
マリー・ほりほり小魚・牛乳	聖たべよ・牛乳	おにぎりせんべい・牛乳	メーブルケーキ(手作り)・牛乳	ホームパイ・牛乳	お菓子・牛乳
米 45 合挽ミンチ 45 塩 0.1 たまねぎ 20 パター 20 木綿豆腐 10 水 20 ケチャップ 2.25 砂糖 1.5 みりん 1.5 しょうゆ 1.5 ウスターソース 0.75 片栗粉 1 じゃがいも 45 きゅうり 10 ハム 3 コーン 5 マヨドレ 8 厚揚げ 15 にんじん 10 わかめ 0.1 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 45 さくら 60 小麦粉 5 バター 3 タルタルソース 5 小松菜 35 もやし 20 にんじん 8 鶏ささみ 10 ごまドレッシング 7 ほうれん草 10 たまねぎ 10 にんじん 5 水 5 コンソメ 0.8 コーンクリーム缶 14 豆乳(調製) 30 フルーツ缶 30	米 50 鶏肉 35 じゃがいも 35 たまねぎ 35 にんじん 15 なたね油 1 カレールウ 7 キャベツ 35 コーン 5 にんじん 5 ベーコン(豚) 3.5 マヨドレ 5 粉チーズ 1.5 フルーツ缶 8 フルーツ缶 8 フルーツ缶 8 フレッシュヨーグルト 40 砂糖 2	米 45 鮭 60 しょうゆ 3 砂糖 3 みりん 1 酒 1 片栗粉 1 スバグティ 10 ウイナー 7 たまねぎ 5 ピーマン 2 にんじん 2.5 なたね油 1 ケチャップ 4.7 ウスターソース 1.3 粉チーズ 1 豚肉 15 大根 8 さつまいも 8 にんじん 8 ごぼう 5 うず揚げ 1.5 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 オレンジ 1/6 ホットケーキミックス 6 たまご 2 バター 2.8 砂糖 1.2 メーブルシロップ 1.6 牛乳1L 2	米 45 豚肉 50 小麦粉 4 パン粉 8 なたね油 3 ソース 3 ケチャップ 2 キャベツ 40 きゅうり 10 ちりめん 4 ごま 1 和風ドレッシング 8 砂糖 0.5 木綿豆腐 15 にんじん 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 55 鶏ミンチ 15 干しひじき 1 にんじん 5 うず揚げ 5 干しいたけ 1 ごま 1 しょうゆ 3 みりん 1.5 だし 1 水 0.2 30 キャベツ 40 コーン 8 にんじん 8 和風ドレッシング 8 砂糖 0.3 大根 20 うず揚げ 1.5 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30
5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)
ごはん 鶏のごまから揚げ 小松菜のじゃこ和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 肉かぼちゃ 胡瓜の酢の物 味噌汁 フルーツ	ごはん 照り焼きハンバーグ 春雨サラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん 白身魚の野菜あんかけ さつまいもの甘煮 肉すい フルーツ	けんちんうどん ほうれん草のごま和え ボークシューマイ ジョア	洋風ピラフ キャベツのサラダ コンソメスープ フルーツ
お昼ラスク(手作り)・牛乳	ビスコ・ばかうけ・牛乳	ムーンライト・ほりほり小魚・牛乳	プリン(手作り)・牛乳	ぎつねおにぎり(手作り)・牛乳	お菓子・牛乳
米 45 鶏肉 75 しょうゆ 1.5 酒 2 オロシ生姜 2 オロシにんにく 0.5 黒ゴマ 1 ごま 1 片栗粉 5 小麦粉 3 なたね油 6 小松菜 35 もやし 25 にんじん 8 ちりめん 3 しょうゆ 1.2 みりん 1.2 だし 0.24 木綿豆腐 15 たまねぎ 20 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30 ふ 5 砂糖 2 バター 6	米 45 牛肉 25 かぼちゃ 30 たまねぎ 20 インゲン 5 なたね油 1 だし 0.4 砂糖 6 しょうゆ 7 みりん 6 水 70 きゅうり 40 わかめ 0.5 しらす干し 1 砂糖 1 酢 2 しょうゆ 1 厚揚げ 15 キャベツ 10 青ねぎ 3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 45 合挽ミンチ 30 たまねぎ 15 木綿豆腐 10 たまご 6 にんじん 5 パン粉 5 牛乳1L 6 塩 0.1 しょうゆ 2.3 砂糖 1.5 水 1.3 片栗粉 0.4 春雨 5 にんじん 8 きゅうり 10 ハム 5 マヨネーズ 5 木綿豆腐 15 キャベツ 10 わかめ 0.3 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	米 45 赤魚 80 酒 1 たまねぎ 20 ピーマン 5 にんじん 8 だし 0.3 しょうゆ 3 みりん 1.5 砂糖 1.5 水 20 片栗粉 1 さつまいも 50 水 40 砂糖 3 牛肉 15 白菜 20 にんじん 6 木綿豆腐 5 青ねぎ 3 しょうゆ 2 みりん 4 砂糖 2 酒 2 だし 2 水 100 フルーツ缶 30 プリンミックス 10 牛乳1L 20	うどん 150 豚肉 30 大根 16 にんじん 10 コンソメ 10 青ねぎ 3 バター 3 しょうゆ 3 みりん 2 だし 0.7 水 100 ほうれん草 45 にんじん 10 白ごま(すり) 1.5 しょうゆ 1.25 砂糖 0.75 ボークシューマイ 2 ジョア 1 米 20 うず揚げ 3 しょうゆ 1.2 砂糖 1.2 ごま 0.1	米 55 ウィンナー 15 野菜ミックス 30 コンソメ 5 コンソメ 1 バター 3 キャベツ 30 ツナ 10 にんじん 15 和風ドレッシング 5 砂糖 0.5 たまねぎ 10 じゃがいも 10 コンソメ 1 水 100 フルーツ缶 30

※都合により変更することがあります。お菓子は年齢に応じたものを用意しています。  
 ※献立にご家庭で食べていないものがありましたら、それまでに家庭内で普通量3回以上食べてみてください。  
 ※フルーツは、みかん缶、パイナップルを予定しています。  
 ※3時のおやつは手作りおやつ以外の日は、クッキーやせんべい等になります。年齢に応じたものを用意しています。  
 (ほりほり小魚・ばかうけ・ハッピーターンは、3歳児以上に提供します。)  
 ※3時のおやつに牛乳が付きまます。  
 ※お夜食 午後6時00分 パン(黒糖パン等)約80kcalを予定していますが、都合により変更になる場合があります。

☆給食で使用されるアレルギー食材について☆

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| マヨネーズ・・・(卵使用)       | コールスロートレッシング・・・(卵使用)  |
| ごまドレッシング・・・(卵使用)    | かにかまぼこ... (卵使用)・甲殻類入り |
| 平天・・・(卵使用)          | ハム・ベーコン・・・(卵・乳使用)     |
| バター・・・(乳使用)         | タルタルソース・・・(卵使用)       |
| 鶏ガラ・中華だし・・・(乳使用)    | オムレツ・・・(卵使用)          |
| ホワイトソース・・・(乳使用)     | ロールパン・食パン・・・(乳使用)     |
| スキムミルク・・・(乳使用)      | 米粉ケーキの素・・・(乳使用)       |
| コーンクリーム(粉末)・・・(乳使用) | ババリリア...(乳使用)         |
| プリンミックス・・・(乳使用)     |                       |