

5月の給食

14日 お弁当の日★
30日 お誕生日会★

みずみずしい新緑がきらめくさわやかな季節です。元気いっぱいたくさん遊びましょう！！

くげにし保育園 (922-0007)

日	曜	お昼の献立	材料	3時のおやつ
1	木	コロッケ フルーツサラダ 果物 みそ汁	コロッケ じゃがいも きゅうり きゃべつ にんじん りんご みかん缶 麩 わかめ みそ 砂糖 しょうゆ 酢 マヨネーズ	バナナ
2	金	カレーライス たまごの酢の物 果物 人参スープ	牛ミンチ たまねぎ にんじん じゃがいも たまご 砂糖 きゅうり きゃべつ パイン缶 ケチャップ しょうゆ カレールー	ヨーグルト ラムネ
7	水	きつねうどん 小芋煮 ツナサラダ	うどん 油揚げ たまご ねぎ 小芋 にんじん きゅうり きゃべつ ツナ缶 砂糖 しょうゆ 酢 みりん ごま油	★手作りおやつ★ 黒蜜きなこがけバナナ
8	木	すき焼き風煮込み じゃこの酢の物 にんじんスープ	牛薄切り肉 じゃがいも にんじん 糸こんにゃく 玉ねぎ じゃこ きゅうり きゃべつ 砂糖 しょうゆ 酢 みりん	ビスケット ラムネ 煮干し りんごジュース
9	金	カレーライス 果物 たまごスープ ハムともやしのごまマヨ和え	牛ミンチ たまねぎ にんじん じゃがいも たまご もやし ハム 砂糖 きゅうり きゃべつ ごま マヨネーズ パイン缶 ケチャップ しょうゆ	ヨーグルト ラムネ
10	土	チャーハン ウインナー みそ汁	ウインナー 玉ねぎ にんじん たまご 麩 わかめ	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し
12	月	そぼろどんぶり えのきのごま和え 果物 八宝汁	鶏ささみミンチ たまご きゅうり えのき きゃべつ 白菜 かまぼこ たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ ごま みりん 生姜汁	★手作りおやつ★ カエルパン
13	火	さばのみそ煮 豆腐サラダ たまごスープ	さば 豆腐 ベーコン レタス たまご みそ 砂糖 しょうゆ 砂糖 ごま油 しょうが にんじん きゅうり	★手作りおやつ★ フルーツポンチ
14	水	☆お弁当の日☆	なにがはいっているかな???	ビスケット ラムネ 煮干し 牛乳
15	木	豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ 果物 みそ汁	豆腐 牛ミンチ しいたけ にんじん 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり きゃべつ じゃがいも みかん缶 ふ わかめ みそ パン粉 卵	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し
16	金	カレーライス たまごの酢の物 果物 人参スープ	牛ミンチ たまねぎ にんじん じゃがいも たまご 砂糖 きゅうり きゃべつ パイン缶 ケチャップ しょうゆ カレールー	ヨーグルト ラムネ
17	土	チャーハン ウインナー みそ汁	ウインナー 玉ねぎ にんじん たまご 麩 わかめ	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し
19	月	チャーハン かぼちゃ煮 油揚げの酢の物 みそ汁	ベーコン たまねぎ にんじん かぼちゃ 油揚げ きゃべつ きゅうり 麩 わかめ みそ	ビスケット ラムネ 煮干し 牛乳
20	火	コロッケ フルーツサラダ 果物 みそ汁	コロッケ じゃがいも きゅうり きゃべつ にんじん りんご みかん缶 麩 わかめ みそ 砂糖 しょうゆ 酢 マヨネーズ	★手作りおやつ★ ミニメロンパン
21	水	きつねうどん 小芋煮 ツナサラダ	うどん 油揚げ たまご ねぎ 小芋 にんじん きゅうり きゃべつ ツナ缶 砂糖 しょうゆ 酢 みりん ごま油	★手作りおやつ★ マカロニきなこ
22	木	すき焼き風煮込み じゃこの酢の物 にんじんスープ	牛薄切り肉 じゃがいも にんじん 糸こんにゃく 玉ねぎ じゃこ きゅうり きゃべつ 砂糖 しょうゆ 酢 みりん	ビスケット ラムネ 煮干し りんごジュース
23	金	カレーライス 果物 たまごスープ ハムともやしのごまマヨ和え	牛ミンチ たまねぎ にんじん じゃがいも たまご もやし ハム 砂糖 きゅうり きゃべつ ごま マヨネーズ パイン缶 ケチャップ しょうゆ	ヨーグルト ラムネ
24	土	チャーハン ウインナー みそ汁	ウインナー 玉ねぎ にんじん たまご 麩 わかめ	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し
26	月	そぼろどんぶり えのきのごま和え 果物 八宝汁	鶏ささみミンチ たまご きゅうり えのき きゃべつ 白菜 かまぼこ たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ ごま みりん 生姜汁	★手作りおやつ★ かぼちゃミルクもち
27	火	さばのみそ煮 豆腐サラダ たまごスープ	さば 豆腐 ベーコン レタス たまご みそ 砂糖 しょうゆ 砂糖 ごま油 しょうが にんじん きゅうり	★手作りおやつ★ たまごサンド
28	水	肉うどん ツナサラダ ひじき五目煮	牛薄切り肉 うどん ツナ缶 ひじき 五目豆 にんじん ねぎ たまご	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し
29	木	ハンバーグ かぼちゃサラダ 果物 みそ汁	合い挽ミンチ にんじん 玉ねぎ かぼちゃ きゅうり きゃべつ じゃがいも みかん缶 ふ わかめ みそ パン粉 卵	ビスケット ラムネ 煮干し りんごジュース
30	金	ちらし寿司 ごま和え 豆腐のみそ汁	かんぴょう 干しいたけ にんじん 三度豆 きゅうり きゃべつ チェリー缶 豆腐 みそ 砂糖 しょうゆ 酢 みりん ごま	ヨーグルト ラムネ
31	土	チャーハン ウインナー みそ汁	ウインナー 玉ねぎ にんじん たまご 麩 わかめ	おせんべい 牛乳 ラムネ 煮干し

★10時のおやつは、ヤクルトです。

栄養ワンポイントアドバイス ～端午の節句について～

5月5日は子供の日。

元気いっぱいの子どもたちのように、こいのぼりがあちらこちらで空を泳いでいます



端午の節句は、男の子の厄除けと健康祈願のお祝いとしての行事が、庶民の間にも定着して行ったお祝いです。

その時に食べるのが、柏餅(かしわもち)

端午の節句に柏餅を食べるようになったのは江戸時代から。

男の子の節句として祝うようになってからです。

柏の葉は、新芽が出ないと古い葉が落ちないため、家系が途絶えないという縁起かつぎからきているようですね。

だんだん暑くなってきますが、元気に登園してきてくださいね♪

