

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	金	こいのぼりカレー 甘酢キャベツ フルーツ	牛乳 ホットケーキ	米、じゃがいも、砂糖、油、ホットケーキ粉、マーガリン	牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、ひよこ豆	フルーツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ブロッコリー、しめじ、オクラ、かぼちゃ
2	土	焼きそば 納豆汁 温野菜 フルーツ	牛乳 フルーツ ヨーグルト	パン、中華麺	牛乳、豚肉、納豆、みそ、油揚げ、かつお節、ヨーグルト	フルーツ、こまつな、たまねぎ、ねぎ、にんじん、キャベツ、パプリカ、しめじ、もやし、ブロッコリー、トマト
4	月	みどりの日				
5	火	こどもの日				
6	水	振替休日				
7	木	ミートスパゲティ 温野菜 フルーツ	牛乳 おはぎ	米、スパゲティ、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、粉チーズ、小豆、きなこ	フルーツ、たまねぎ、なす、トマト、マッシュルーム、にんじん、ブロッコリー、グリーンピース、マッシュルーム
8	金	三色そばろ井 玉ねぎブロッコリーみそ汁 かぼちゃ煮 フルーツ	牛乳 ライスペーパー せんべい	米、ライスペーパー、油	牛乳、鶏ひき肉、みそ、高野豆腐、油揚げ	フルーツ、かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう、にんじん、しょうが、ねぎ
9	土	豚丼 野菜みそ汁 グリーンサラダ 温野菜 フルーツ	牛乳 フルーツ ヨーグルト	米、油、じゃがいも	牛乳、豚肉、みそ、油揚げ、ヨーグルト	フルーツ、トマト、はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが、たまねぎ、しめじ、キャベツ、きゅうり
11	月	ジャージャー麺 春雨スープ 温野菜 フルーツ	牛乳 人参とツナのおにぎり	中華麺、砂糖、油、はるさめ、米	牛乳、豚ひき肉、ツナ	フルーツ、しいたけ、ごぼう、なすび、ネギ、だいこん、ブロッコリー、トマト、にんじん
12	火	ご飯 豆腐みそ汁 肉じゃが 切干大根の塩昆布サラダ フルーツ	牛乳 フライドポテト	米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、みそ、豆腐、油揚げ、ツナ	フルーツ、たまねぎ、だいこん、しらたき、にんじん、ねぎ、しょうが、切り干しだいこん、さやえんどう、塩昆布
13	水	ご飯 スープ ハンバーグ 温野菜 フルーツ	牛乳 フルーツゼリー	米、じゃがいも、油	牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、豆腐、豆乳	フルーツ、きゅうり、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、トマト、コーン、ねぎ、寒天
14	木	ご飯 わかめみそ汁 お好み焼き	牛乳 鮭おにぎり チーズ	米、砂糖、油、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉、みそ、油揚げ、卵、鮭、チーズ	フルーツ、はくさい、にんじん、しめじ、こまつな、ねぎ、えのきたけ、キャベツ、わかめ
15	金	カレーライス 甘酢キャベツ フルーツ	牛乳 なべやき	米、じゃがいも、油、砂糖、小麦粉、黒糖	牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、ひよこ豆	フルーツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ブロッコリー、しめじ、オクラ、かぼちゃ
16	土	親子丼 野菜みそ汁 温野菜 フルーツ	牛乳 梅かつお おにぎり	米、油	牛乳、鶏肉、油揚げ、卵、みそ、かつお節	フルーツ、はくさい、こまつな、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、だいこん、ねぎ、ブロッコリー、トマト、梅干し
18	月	鮭卵ご飯 菜の花のみそ汁 温野菜 かぼちゃ煮 フルーツ	牛乳 ジャムサンド	米、砂糖、油、パン	牛乳、鮭、卵、みそ、油揚げ	フルーツ、かぼちゃ、はくさい、だいこん、菜の花、ブロッコリー、トマト、にんじん、ねぎ、いちごジャム
19	火	ご飯 元気汁 豆腐ちゃんぶるー オクラのおかか和え フルーツ	牛乳 さつまいもの茶巾	米、さつまいも、マーガリン	牛乳、豆腐、豚肉、みそ、しらす、油揚げ、かつお節、生クリーム	フルーツ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、オクラ、だいこん、もやし、しらめじ、はくさい、ねぎ、トマト

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
20	水	ご飯 豆腐みそ汁 鶏の唐揚げ ほうれん草の胡麻和え 温野菜 フルーツ	牛乳 ふかしもち	米、パン、ごま、砂糖、さつまいも	牛乳、鶏もも肉、豆腐、みそ、油揚げ	フルーツ、ほうれんそう、ブロッコリー、トマト、ねぎ
21	木	ご飯 納豆汁 肉豆腐 小松菜とツナのごま和え フルーツ	牛乳 米粉チヂミ	米、油、砂糖、ごま、米粉、片栗粉、ごま油	牛乳、豆腐、牛ひき肉、豚ひき肉、納豆、ツナ、油揚げ、みそ	フルーツ、こまつな、たまねぎ、ねぎ、にんじん、えのきたけ、しょうが、ニラ
22	金	マーボー丼 わかめスープ ニラもやし炒め フルーツ	牛乳 お菓子 レーズン	米、砂糖、油、ごま油、ごま	牛乳、豆腐、豚ひき肉、豚肉、みそ	フルーツ、にんじん、もやし、たまねぎ、にら、なす、レーズン、いんげん、わかめ、ねぎ、にんにく、しょうが
23	土	焼きめし きのこスープ フルーツ	牛乳 昆布おにぎり チーズ	米、油	牛乳、豚肉、卵、チーズ	フルーツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ、しめじ、しいたけ、まいたけ、塩昆布
25	月	タコライス ブロッコリーのスープ たまなーちゃんぶるー フルーツ	牛乳 大学芋	米、さつまいも、油、砂糖、ごま	牛乳、豆腐、牛ひき肉、豚ひき肉、豚肉、かつお節、チーズ	フルーツ、ブロッコリー、たまねぎ、トマト、キャベツ、レタス、しめじ、ねぎ、にんにく、しょうが
26	火	ご飯 豚汁 煮魚 温野菜 グリーンサラダ フルーツ	牛乳 フルーツポンチ	米、さつまいも、油	牛乳、白身魚、豚肉、みそ、油揚げ	フルーツ、トマト、だいこん、しいたけ、にんじん、ごぼう、こんにゃく、ブロッコリー、ねぎ、キャベツ
27	水	釜めし 豆腐みそ汁 小松菜と厚揚げ炒め フルーツ	牛乳 スティック トースト	米、パン、油、砂糖、マーガリン	牛乳、鶏肉、豆腐、みそ、油揚げ、厚揚げ	フルーツ、こまつな、にんじん、ごぼう、しめじ、えのき、こんにゃく、ねぎ、のり
28	木	ピビンバ わかめスープ 温野菜 フルーツ	牛乳 スイート パンブキン	米、ごま、ごま油、マーガリン、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、豚ひき肉、生クリーム	フルーツ、トマト、ブロッコリー、もやし、ほうれんそう、にんじん、わかめ、ねぎ、しょうが、にんにく、かぼちゃ
29	金	ちりめん青菜ご飯 ポトフ フルーツ	牛乳 米粉蒸しパン	米、じゃがいも、油、米粉	牛乳、豚肉、ウインナー、しらす、きなこ	フルーツ、たまねぎ、だいこん、キャベツ、こまつな、にんじん、ブロッコリー、セロリ
30	土	野菜あんかけご飯 わかめみそ汁 フルーツ	牛乳 お菓子 チーズ レーズン	ご飯、油、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉、油揚げ、チーズ、みそ	フルーツ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ピーマン、わかめ、ねぎ、レーズン

給食LINE

気候の良い5月になりました。
乳児クラスさんは、午前中は体を動かしてしっかり遊び、たくさん食べるようになっていきます。
幼児クラスさんは今月14日(木)に園庭給食、20日(水)は、お弁当箱を持って来てもらい、子どもたちとお弁当作り♪完成したらピクニックに出発！！良いお天気になりますように。
今月も子ども達が美味しく楽しく食べられる給食を目指して、心を入れて調理します。

