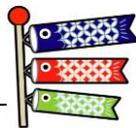


5月献立表



かみかみメニューには◎印をつけてあります。

2023/5/1 聖隷こども園こうのとり豊田

日 付	曜 日	ぎょう 行事	こんだて めい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	げつ 月	とくべつ 特別保育	ごはん タンドリーチキン 新たま 新玉とツナのサラダ すまし汁(えのき・若布) バナナ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうじゅう 牛乳 麩ラスク	600 21.2	25.1 1.6	476 16.9	20.2 1.3
2	か 火	とくべつ 特別保育	わふう 和風スパゲティ 胡瓜のゆかり和え ゼリー りんご とうじゅう 豆乳	お茶 チーズ	ぎゅうじゅう 牛乳 クリームコンフェ	532 21.4	16.6 1.0	455 18.6	15.6 0.9
3	すい 水	はんぽう 憲法記念日							
4	もく 木	みどりの 日							
5	きん 金	こどもの 日							
6	ど 土		おにぎり 豚汁 ヨーグルト フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	555 16.2	11.9 1.8	470 13.6	11.1 1.5
8	げつ 月		ごはん 鶏唐揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁(豆腐・人参) バナナ お茶	とうじゅう 豆乳 クラッカー	ぎゅうじゅう 牛乳 こいのぼりゼリー	584 22.9	15.9 2.3	557 21.8	18.2 2.0
9	か 火		とうじゅう 豆乳パン 豚肉とキャベツの塩昆布炒め 蒸し南瓜 コンソメスープ メロン ぎゅうじゅう 牛乳	お茶 ビスケット	とうじゅう 豆乳 にんじやおにぎり	579 25.4	15.4 1.6	479 20.6	13.9 1.3
10	すい 水		ごはん 煮魚 ◎根菜サラダ そら豆 みそ汁(じゃが芋・油揚げ) バイン お茶	お茶 バナナ	ぎゅうじゅう 牛乳 コーンフレーククッキー	678 26.4	23.9 1.9	557 21.1	19.2 1.8
11	もく 木		けんちんうどん ポイルウインナー もやしのツナ酢和え オレンジ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうじゅう 牛乳 ジャムパン	542 21.5	14.9 1.8	430 19.0	13.4 1.5
12	きん 金		ごはん ハンバーグ 胡瓜の即席漬け 納豆汁 甘夏 お茶	お茶 チーズ	ぎゅうじゅう 牛乳 メロン・◎小魚	528 24.0	17.3 2.0	421 20.7	15.9 1.8
13	ど 土		焼きそば 若布スープ ゼリー フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	384 11.8	9.8 2.0	338 9.7	9.1 1.6
15	げつ 月		ごはん 焼き魚 さつま芋の甘煮 スティック胡瓜 すまし汁(小松菜・麩) オレンジ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうじゅう 牛乳 マカロニきなこ	484 21.9	7.7 1.6	440 20.0	9.7 1.3
16	か 火		カレードック キャベツのバインサラダ トマト 春雨スープ バナナ ぎゅうじゅう 牛乳	お茶 クラッカー	お茶 おにぎり	569 19.7	18.4 2.0	477 16.1	17.7 1.7
17	すい 水		ごはん 鶏肉の磯天ぷら アスパラのおかか和え みそ汁(豆腐・しめじ) キウイ お茶	お茶 チーズ	とうじゅう 豆乳 牛乳寒天	511 24.2	13.3 1.2	400 20.3	12.2 1.1
18	もく 木		スパゲティミートソース 南瓜のグリル チーズ メロン お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうじゅう 牛乳 ★梅ラスク	526 24.4	17.1 2.1	431 20.5	14.8 1.7
19	きん 金		サラダ寿司 ひじきの煮物 トマト みそ汁(白菜・じゃが芋) りんご とうじゅう 豆乳	お茶 バナナ	お茶 アイスクリーム・ウエハース	616 20.1	19.1 2.2	523 16.3	16.0 1.8
20	ど 土		チャーハン 中華スープ ヨーグルト フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	494 13.3	10.4 1.3	423 11.7	9.7 1.2
22	げつ 月		ごはん 鶏照り焼き 納豆和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) バナナ お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうじゅう 牛乳 ピザトースト	556 25.4	15.2 2.4	462 21.0	14.2 1.7
23	か 火		ぶどうパン 豚肉と厚揚げのトマト煮 春雨サラダ キウイ ぎゅうじゅう 牛乳	お茶 チーズ	ぎゅうじゅう 牛乳 いなりずし	613 22.5	25.5 2.3	477 19.1	22.2 1.8
24	すい 水		さかさカレー ほうれん草サラダ ヨーグルト オレンジ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうじゅう 牛乳 バナナ・するめ	607 21.4	15.4 1.3	501 17.9	13.0 1.1
25	もく 木		醤油ラーメン 大豆としらすの甘辛和え ブロッコリー バイン お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうじゅう 牛乳 ゼリー・ビスケット	527 19.9	17.0 1.9	469 18.7	15.7 1.6
26	きん 金		ごはん ★魚の梅みそ焼き ◎金平ごぼう ソーキ汁 りんご お茶	お茶 バナナ	ぎゅうじゅう 牛乳 蒸しじゃが	549 21.9	17.8 2.0	454 17.6	14.5 1.6
27	ど 土		ロールサンド ポトフ ゼリー フルーツ とうじゅう 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	596 21.3	27.1 2.1	515 16.7	24.6 1.5
29	げつ 月		ごはん 豚肉とごぼうのみそ炒め煮 青梗菜の中華和え すまし汁(豆腐・若布) バナナ お茶	お茶 クラッカー	とうじゅう 豆乳 ヨーグルト・せんべい	501 19.3	11.8 2.0	487 19.4	14.9 1.9
30	か 火		食パン エビフライ ポテトサラダ トマト コンソメスープ オレンジ ぎゅうじゅう 牛乳	お茶 ビスケット	とうじゅう 豆乳 このや お好み焼き	590 26.6	21.9 1.4	444 17.9	16.9 1.1
31	すい 水		小松菜とじゃこの混ぜご飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのごま和え ちゃんこ汁 りんご お茶	お茶 チーズ	ぎゅうじゅう 牛乳 ドーナツ	471 16.7	11.4 2.0	376 14.5	11.0 1.7

※0・1歳児で食材確認表に載っていない食材には、★印をつけてあります。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★今月の絵本献立のご紹介です★

『くんくん、いーいにおい』 グランママ社



昨年は給食室から毎日届く『匂い』にわくわくしていた子、給食やおやつに鼻を近づけて「くんくんいーいにおい」と声に出す子など、『匂い』に興味を持ちお友達と一緒に楽しんでいるようでした。今年も食べ物や生活の中の『匂い』に注目して一か月を過ごしたいと思います。



★お料理で全国制覇★

今月は東京都『ちゃんこ鍋』です。ちゃんことは本来、相模原屋で力士が作る手料理の全てを指すようです。そのなかでも広く知られているのが鍋料理で、ちゃんこ鍋です。肉や野菜、魚介類などさまざまな食材を用いることで良いだしが出て具材に味がしみ、おいしいちゃんこ鍋が出来ます。今回は、力士に替わり給食室が豪快にちゃんこを作って味わいたいと思います。また、東京(江戸)の5月は祭り月だそうです。三社祭りや神田祭など祭りの"ハシゴ"が楽しそうですね!