



# 5月献立表

2021年5月 聖隷こども園こうのとり豊田

日付	曜日	ぎょうじ 行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	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	ど土	とくべつほいく 特別保育	おにぎり キャベツのこんこん和え 豚汁	お茶	お茶	397	7.1	321	5.7
3	げつ月	けんぽうきねんび 憲法記念日	フルーツ お茶	お菓子	お菓子	12.6	1.7	10.2	1.4
4	か火	みどりの日							
5	すい水	こどもの日							
6	もく木		ごはん 鶏唐揚げ 切干大根の煮物	お茶	牛乳	620	16.0	551	18.0
			みそ汁(豆腐・若布) バナナ お茶	チーズ	子どもの目ゼリー	22.8	1.9	22.7	2.0
7	きん金		ごはん 煮魚 根菜のサラダ	お茶	牛乳	656	19.8	534	15.9
			みそ汁(しめじ・油揚げ) りんご お茶	バナナ	マラーカオ	24.9	2.0	20.0	1.6
8	ど土		焼きそば わかめスープ	お茶	お茶	407	11.3	378	10.7
			フルーツ ヨーグルト お茶	お菓子	お菓子	14.4	1.9	12.5	1.5
10	げつ月		ごはん 厚揚げの肉みそあんかけ 新玉とソナ和え物	豆乳	牛乳	650	22.5	604	23.8
			すまし汁(えのき・麩) オレンジ お茶	クラッカー	バナナ・かみかみすめ	23.6	2.1	22.5	1.9
11	か火		食パン エビフライ ポテトサラダ トマト	お茶	お茶	622	19.8	493	16.0
			レタススープ メロン 牛乳	せんべい	いなりずし	24.1	2.1	17.4	1.8
12	すい水		かつおと胡瓜のご飯 若布卵焼き キャベツのゆかり和え	お茶	牛乳	663	25.7	525	22.1
			みそ汁(大根・油揚げ) バナナ お茶	チーズ	フランクフルト	30.5	2.4	25.4	2.1
13	もく木		うどん ポイルウインナー 人参と竹輪の煮物	お茶	牛乳	558	18.8	473	16.9
			パン お茶	ヨーグルト	メロンパン風トースト	22.4	2.5	19.9	2.0
14	きん金		さかさまカレー ほうれん草のサラダ	お茶	お茶	689	19.6	565	15.7
			ヨーグルト キウイ お茶	バナナ	コーンフレーククッキー	16.8	1.8	14.0	1.5
15	ど土		ロールパンサンド ポトフ	お茶	お茶	550	26.4	480	24.1
			フルーツ 牛乳	お菓子	お菓子	21.0	1.9	16.5	1.4
17	げつ月		ごはん 豚肉とごぼうの味噌炒め 青梗菜とコーンの中華和え	お茶	牛乳	554	15.7	457	14.2
			すまし汁(豆腐・椎茸) バナナ お茶	ウエハース	ぼんせんべい	20.4	2.1	16.6	1.7
18	か火		豆乳パン 魚の若草焼き 梅風味サラダ	お茶	お茶	552	16.1	488	18.1
			もやしのスープ りんご 牛乳	チーズ	おにぎり	21.6	2.1	21.2	2.1
19	すい水		サラダ寿司 ひじきの煮物 チーズ	お茶	牛乳	649	18.9	570	17.9
			みそ汁(玉葱・しめじ) キウイ お茶	せんべい	あましよく 甘食	22.7	2.1	20.5	1.7
20	もく木		ジャージャー麺 大豆としらすの甘辛和え ブロッコリー	お茶	牛乳	751	28.9	606	24.8
			オレンジ お茶	ヨーグルト	あんバターサンドパン	28.2	2.4	23.6	1.8
21	きん金		ごはん 鶏肉の山賊焼き 蒸し野菜(じゃが芋・人参)	豆乳	牛乳	577	14.2	492	12.7
			みそ汁(白菜・若布) メロン お茶	クッキー	ゼリー・ウエハース	20.4	1.5	16.8	1.2
22	ど土		チャーハン 中華スープ	お茶	お茶	527	12.0	464	12.2
			ヨーグルト フルーツ お茶	お菓子	お菓子	15.2	1.7	13.7	1.5
24	げつ月		ごはん 焼き魚 金平ごぼう スティック胡瓜	豆乳	牛乳	667	17.5	578	19.3
			みそ汁(キャベツ・油揚げ) バナナ お茶	ビスケット	ジャムパン	24.0	2.0	22.0	1.6
25	か火		カレードック キャベツのパンサラダ トマト	お茶	お茶	543	16.0	438	13.3
			春雨スープ オレンジ 牛乳	バナナ	のりまき	17.7	2.0	13.8	1.6
26	すい水		ごはん ささみの磯天ぷら アスパラのおかか和え	お茶	牛乳	604	15.4	506	16.0
			みそ汁(豆腐・しめじ) メロン お茶	チーズ	このや お好み焼き	28.4	1.3	25.5	1.6
27	もく木		スパゲティミートソース グリル南瓜 チーズ	お茶	牛乳	567	17.8	513	17.5
			パン お茶	ヨーグルト	蒸しじゃが芋	25.2	2.1	23.7	1.9
28	きん金	かしわ餅作り	ごはん 魚の梅みそ焼き さつまいの甘煮 青菜のごま和え	お茶	お茶	552	11.2	471	11.0
			ソーキ汁 甘夏 お茶	クラッカー	ヨーグルト	20.3	1.7	17.1	1.6
29	ど土		小松菜とじゃこの混ぜご飯 けんちん汁	お茶	お茶	422	5.7	356	4.9
			ヨーグルト フルーツ お茶	お菓子	お菓子	12.4	1.6	10.6	1.4
31	げつ月		ごはん タンダーチキン 白菜の即席漬け	お茶	牛乳	509	13.3	437	12.9
			みそ汁(もやし・えのき) オレンジ お茶	せんべい	原宿ドック	20.5	1.6	17.4	1.4

※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。

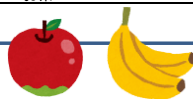


## 今月の絵本給食のテーマは【くだもの】

子どもたちが大好きな果物が出てくる絵本を紹介します。

乳児向けには『くだもの』（福音館書店）・・・ページをめくると次々にみずみずしい果物たちが登場します。「さあ どうぞ」と言われると、思わず口が開いてしまいそうです。

幼児向けには『くだものだもの』（福音館書店）・・・海水浴場での果物の名前を使ったリズムカルな言葉遊びを真似したくなります。一定早く、夏を先取りできそうですね！！



新緑が美しい季節となりました。新年度がスタートして1ヶ月が経ち、子どもたちも新しい環境や生活に慣れて給食も楽しく食べられるようになってきました。今月は、初めて給食で提供するメニューを2つ紹介します。

●鶏肉の山賊焼き 長野の郷土料理で、鶏もも肉をすりおろしたニンニクや玉葱の入った醤油ダレで漬込み片栗粉をまぶして油で揚げた料理です。

また、西日本では骨付きのもも肉を丸ごと照り焼き風のたれからめてあぶり焼きした料理をさすこともあります。今回の給食では揚げずに焼いて提供します。

●ソーキ汁 沖縄の郷土料理で、ソーキ(豚のあばら肉)、昆布、大根、人参などが入った汁物です。昔から食べられている家庭料理を子どもたちが食べやすいようにアレンジしました。

