

がつこんだてひょう
5月献立表



かみかみメニューには😊をつけてあります。

2022/5/1

聖隷こども園こうのとり豊田

日付	曜日	ぎょうじ 行事	ごんだて 献立名	おやつ		幼児		乳児				
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kca	脂質 g	エネルギー kca	脂質 g			
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g			
2	げつ	とくべつほいく 特別保育	わかめごはん フルーツ	キャベツのこんこん和え お茶	豚汁	お茶 牛乳	482	12.2	441	12.4		
3	か	けんぽうきわんが 憲法記念日				クラッカー	16.5	2.2	14.5	1.9		
4	すい	みどりの日										
5	もく	こどもの日										
6	きん		ごはん みそ汁(豆腐・わかめ)	鶏から揚げ バナナ	切り干し大根煮 お茶	豆乳 チーズ	お茶 ヨーグルト・せんべい	532 21.7	12.9 2.0	481 21.6	15.1 1.8	
7	ど		焼きそば フルーツ	わかめスープ ヨーグルト	お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	387 14.3	11.5 1.9	356 12.3	10.9 2.0	
9	げつ		ごはん すまし汁(麩・えのき)	厚揚げの肉味噌あんかけ オレンジ	新玉とツナのマヨネーズ和え お茶	お茶 クラッカー	牛乳 こいのぼりゼリー	618 24.5	22.4 2.0	535 20.8	20.5 1.8	
10	か		食パン レタススープ	えびフライ パイ	ポテトサラダ 牛乳	そら豆	お茶 バナナ	お茶 稲荷ずし	604 24.0	20.1 1.6	484 17.1	16.3 1.4
11	すい		ごはん みそ汁(白菜・若布)	鶏肉の照り焼き 甘夏	蒸し野菜(南瓜・人参)	お茶	牛乳 コーンフレーククッキー	553 21.2	13.6 1.6	447 17.1	10.9 1.4	
12	もく		うどん バナナ	ポイルウインナー お茶	人参と竹輪の煮物	お茶	牛乳 ヨーグルト	577 23.1	19.4 2.7	485 20.5	17.4 2.3	
13	きん		ごはん みそ汁(しめじ・揚げ)	煮魚 メロン	根菜サラダ お茶	トマト	お茶 チーズ	牛乳 ぼんせんべい	539 22.6	19.4 1.7	433 19.3	17.3 1.6
14	ど		ロールサンド フルーツ	ポトフ ゼリー	お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	534 18.1	23.5 2.0	459 13.8	21.4 1.4	
16	げつ		静岡茶飯 みそ汁(南瓜・白菜)	お茶ハンバーグ バナナ	胡瓜の即席漬け お茶		牛乳 ビスケット	メロン・小魚	531 22.7	13.9 1.7	470 19.5	15.8 1.4
17	か		豆乳パン もやしのスープ	魚の若草焼き りんご	梅風味サラダ 牛乳	お茶	お茶 バナナ	お茶 おにぎり	520 21.2	15.3 1.8	433 16.8	12.6 1.5
18	すい		サラダ寿司 みそ汁(大根・しめじ)	ひじきの煮物 オレンジ	トマト	お茶	ウエハース	牛乳 小豆の甘食	646 20.5	17.4 1.9	513 15.9	14.6 1.5
19	もく		ラーメン メロン	大豆としらすの甘辛和え お茶	ブロッコリー	お茶	ヨーグルト	牛乳 コンソメラスク	434 18.4	15.4 1.6	364 16.5	14.1 1.3
20	きん		ごはん みそ汁(南瓜・白菜)	豚肉とごぼうの味噌炒め りんご	青菜の中華和え お茶	お茶	チーズ	牛乳 プリン・クラッカー	544 21.8	18.1 2.0	498 20.5	19.5 2.0
21	ど	こんだんかい クラス懇談会	チャーハン フルーツ	中華スープ ヨーグルト	お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	494 13.3	10.4 1.3	435 12.1	10.8 1.2	
23	げつ		ごはん みそ汁(えのき・もやし)	焼き魚 オレンジ	さつま芋の甘煮 お茶	スティックきゅうり	豆乳 クラッカー	お茶 バナナ・かみかみすめ	422 20.2	3.3 1.8	412 18.9	7.9 1.7
24	か		カレードック 春雨スープ	キャベツのバインサラダ キウイ	トマト	お茶	バナナ	お茶 のりまき	525 17.4	15.9 1.7	421 13.5	13.1 1.4
25	すい		ごはん みそ汁(豆腐・しめじ)	鶏肉の磯天ぷら メロン	アスパラのおかか和え お茶	お茶	チーズ	お茶 牛乳寒天	496 23.0	11.4 0.9	385 19.1	10.3 0.9
26	もく		スパゲティミートソース りんご	南瓜のグリル お茶	チーズ	お茶	ヨーグルト	牛乳 ジャムパン	609 25.5	19.2 2.0	498 23.2	18.0 2.0
27	きん		ごはん ソーキ汁	魚の梅みそ焼き バナナ	金平ごぼう お茶	お茶	せんべい	牛乳 蒸しじゃが芋	549 21.7	15.8 1.8	471 18.4	15.0 1.6
28	ど		小松菜とじゃこの混ぜごはん フルーツ	けんちん汁 ゼリー	お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	383 9.8	3.9 1.7	312 7.8	4.3 1.3	
30	げつ		さかさまカレー ヨーグルト	ほうれん草サラダ バナナ	お茶	お茶	ビスケット	牛乳 このや お好み焼き	721 21.8	21.6 1.4	614 18.2	19.7 1.2
31	か		ぶどうパン コンソメスープ(じゃが芋・トマト)	若布卵焼き オレンジ	キャベツのツナ和え 牛乳	お茶	バナナ	お茶 きなこおぼろ	548 22.6	17.6 1.8	442 17.5	14.0 1.3

※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。

さわやかに晴れわたる青空が目に見えやかに写る5月です。

子ども達は新しい環境に少しずつ慣れ、園生活を楽しみ始めました。この時期は目に見えない疲れが少し出始める子どももいます。楽しい連休は、ご家族とゆっくり過ごすなどしてリフレッシュできる機会となるといいですね。

★今月の絵本献立のご紹介です★

『くんくん、いいにおい』 グランママ社



焼きたてパンのいいにおい、果物のすっぱいにおいや甘いにおい。絵本からには出てきませんが、絵を見てるとおりが漂ってくるようです。

この絵本を読んだあとは、身の回りのにおいに鼻を膨らませて「くんくん」してしまいそうです！今月は、「におい」に注目した絵本を1か月通して楽しめます。



★郷土料理で全国制覇★

今月は、静岡の茶飯です。5月の新茶の頃になると、茶農家ではこれから機械を使わせてもらうという気持ちを込めて、古茶で茶飯を炊き、お供えしたと言われています。

また、今回はお茶の葉を飲むだけでなく食べても味わうことができるよう「お茶ハンバーグ」を一緒に提供します。

