

がつよていこんだてひょう
5月予定献立表



かみかみメニューには◎印をつけてあります。

2023年5月 聖隷こども園桜ヶ丘

日 付	曜 日	ぎょうじ 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 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
1	げつ 月		ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き 新玉とツナのサラダ すまし汁(えのき・わかめ) オレンジ お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	605	25.0	484	20.1
				せんべい	あん あんぱん	21.1	1.8	17	1.5
2	か 火		和風スパゲティ 胡瓜のゆかり和え ゼリー りんご とうにゅう 豆乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	533	16.6	469	15.6
				チーズ	パウムクーヘン	21.4	1.0	19.0	0.9
3	すい 水	けんぽうきねんび 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		コーンピラフ キャベツスープ フルーツ とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	426	4.6	353	4.4
				お菓子	お菓子	12.8	1.6	10.7	1.3
8	げつ 月		ごはん 鶏照り焼き 納豆和え みそ汁(キャベツ・油あげ) パナナ お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	531	9.1	439	9.3
				チーズ	ゼリー・せんべい	20.6	1.7	17.6	1.6
9	か 火		とうにゅう 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 オレンジ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	573	15.7	474	14.2
				ビスケット	にんじゃおにぎり	20.2	1.6	20.4	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・油あげ) パイン缶 お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	672	24.2	553	19.5
				バナナ	コーンフレーククッキー	23.8	1.7	19.3	1.6
11	もく 木		けんちんうどん ポイルウイナー もやしのツナ酢和え メロン お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	537	14.8	426	13.3
				ヨーグルト	ジャムパン	20.2	1.8	18.0	1.4
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	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	511	17.0	490	19.4
				クラッカー	メロン◎小魚	23.4	1.8	22.2	1.7
13	ど 土		焼きそば わかめスープ ゼリー フルーツ とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	519	14.1	465	12.4
				お菓子	お菓子	15.3	2.0	13.2	1.6
15	げつ 月		ごはん 鶏肉の磯焼き アスパラのおかか和え みそ汁(豆腐・しめじ) キウイ お茶	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	506	11.4	457	12.6
				せんべい	マカロニきなこ	25.5	1.2	22.9	1.1
16	か 火		カレードック キャベツのパンサラダ トマト はるさめ 春雨スープ パナナ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	633	21.8	540	21.1
				クラッカー	いなりずし	22.3	2.2	18.7	2.0
17	すい 水		ごはん 焼き魚 さつま芋の甘煮 スティック胡瓜 すまし汁(青菜・麩) オレンジ お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	460	6.5	368	7.3
				チーズ	バナナ・するめ	21.4	0.7	18.2	0.7
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	ぎゅうにゅう 牛乳	524	17.1	423	14.3
				ヨーグルト	うめ 梅ラスク	24.4	1.9	20.4	1.3
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 とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	657	21.2	603	20.9
				バナナ	豆乳アイス・クラッカー	21.7	2.0	20.9	1.7
20	ど 土		おにぎり 豚汁 ゼリー フルーツ とうにゅう 豆乳	お茶	お茶	582	22.4	446	15.2
				お菓子	お菓子	17.9	1.7	13.3	1.1
22	げつ 月		ごはん 鶏肉の唐揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁(豆腐・人参) パナナ お茶	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	591	19.4	545	20.3
				ビスケット	プリン	24.7	2.0	23.3	1.7
23	か 火		ぶどうパン 豚肉と厚揚げのトマト煮 はるさめ 春雨サラダ キウイ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	661	27.3	521	23.9
				チーズ	ごへいもち 五平餅	23.8	1.8	20.2	1.5
24	すい 水	たんじょうかい 誕生会	たの お楽しみメニュー	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	659	18.2	539	15.1
				せんべい	???	18.7	1.8	15.8	1.6
25	もく 木		しょうゆ 醤油ラーメン 大豆としらすの甘辛和え ブロッコリー パイン缶 お茶	お茶	お茶	412	9.6	365	9.5
				ヨーグルト	ぎゅうにゅうかんてん 牛乳寒天	15.6	1.4	14.8	1.2
26	きん 金	親子遠足【幼児】 (幼児クラスお弁当)	ごはん さかなうめ や 金平ごぼう ソーキ汁 りんご お茶	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	511	12.8	423	10.4
				バナナ	むし 蒸しじゃが	23.0	1.8	18.5	1.5
27	ど 土		ロールサンド ポトフ フルーツ ゼリー お茶	お茶	お茶	457	9.0	371	8.3
				お菓子	お菓子	14.0	1.4	11.6	1.1
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・わかめ) パナナ お茶	お茶	お茶	498	11.2	405	10.8
				チーズ	ヨーグルト・せんべい	19.3	1.9	17.4	1.7
30	か 火		しよく 食パン エピフライ ポテトサラダ トマト コンソメスープ オレンジ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	588	22.0	457	18.3
				ビスケット	この お好み焼き	26.6	14.0	19.1	1.1
31	すい 水	こまつな 小松菜とじゃこの混ぜご飯 ツナ入り卵焼き ブロッコリーのごま和え ちゃんこ汁 りんご お茶		お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	572	20.1	504	19.8
				ヨーグルト	ピザトースト	24.0	2.0	21.1	1.7

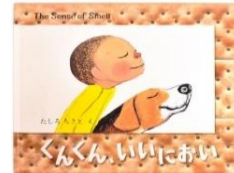
※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★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くれているようでした。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。ちゃんこは本来、相撲部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汁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!