

日付	10時おやつ	献立	3時おやつ	材 料 名			エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 ()は未満児
				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	麦茶 せんべい	竹の子ご飯、鯉カツ、彩り和え、すまし汁、クリームソーダ風ゼリー 【こどもの日メニュー】	牛乳・ミルク 柏餅 (未満児)クッキー	米、○小麦粉、○無塩バター、片栗粉、油、砂糖、焼ふ、ごま油	○牛乳、かつお、かにかまぼこ、錦糸玉子、鶏ひき肉、○卵、油揚げ、○脱脂粉乳	もやし、たけのこ、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、しょうが	712.5(592.7) 28.1(25.1) 22.8(13.4) 2.7(2.3)
2土	麦茶 せんべい	サンドイッチ(卵、きゅうり)、サンドイッチ(ジャム)、牛乳、バナナ		食パン、マヨネーズ、バター	牛乳、卵	バナナ、きゅうり、いちごジャム	520.5(548.0) 16.6(16.8) 18.2(16.4) 1.4(1.5)
7木	麦茶 クラッカー	ご飯、サバの味噌煮、切り干し大根のサラダ、わかめとじゃが芋の味噌汁、グレープフルーツ	牛乳・ミルク 麩のラスク	米、○焼ふ、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、○バター	○牛乳、サバ、ツナ油漬缶、淡色みそ、○脱脂粉乳	グレープフルーツ、○バナナ、もやし、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、すりごま、カットわかめ	557.0(497.7) 22.0(20.2) 15.7(10.0) 2.0(2.0)
8金	麦茶 リンゴゼリー	食パン、トマトオムレツ、ごぼうサラダ、ABCスープ、オレンジ	牛乳・ミルク アメリカンドッグ	マヨネーズ、マカロニ	○牛乳、トマトオムレツ、ソーセージ、ちくわ、○脱脂粉乳	きゅうり、オレンジ、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、にんじん、コーン、ごま	515.0(425.1) 21.5(19.5) 20.5(13.5) 2.9(2.5)
9土	麦茶 せんべい	カレーライス、牛乳、バナナ		米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉(もも・皮下脂肪なし)	バナナ、たまねぎ、にんじん	596.0(543.0) 15.6(14.1) 13.5(11.8) 2.0(1.7)
11月	麦茶 甘食	シーフードカレーライス、温野菜サラダ、グレープフルーツ	牛乳・ミルク たい焼き	米、じゃがいも、押麦、油、砂糖	○牛乳、しばえび、いか、あさり水煮○脱脂粉乳、たこ	ブロッコリー、グレープフルーツ、たまねぎ、にんじん、コーン、きゅうり、グリーンピース	543.5(578.5) 20.1(20.8) 16.2(12.4) 2.3(2.5)
12火	麦茶 ビスケット	ご飯、マグロの五色揚げ、ほうれんそうともやしのナムル、きのこ汁、グレープフルーツ	牛乳・ミルク バナナケーキ	米、さつまいも、片栗粉、米ぬか油、砂糖、ごま油	かじき、ゆで大豆、米みそ	ほうれんそう、グレープフルーツ、もやし、ぶなしめじ、にんじん、えのきたけ、グリーンピース、ごま、焼きのり、干しいたけ、バナナ	567.5(510.0) 19.8(17.5) 13.7(11.1) 2.2(1.9)
13水	麦茶 プチダノン	麦ご飯、人参たらこ、高野豆腐の煮物、小松菜ともやしの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク さつまいも	○さつまいも、油、○砂糖	豚肉(もも)、○プチダノン、たらこ、○牛乳、○脱脂粉乳	オレンジ、ごぼう、もやし、にんじん、こまつな、たけのこ、干しいたけ、こんにやく、さやえんどう	600.4(479.7) 16.9(13.8) 13.4(9.2) 1.5(1.3)
14木	麦茶 スティック人参	しょうゆラーメン、野菜炒め、餃子、グレープフルーツ	フルーツ杏仁	ゆで中華めん、油、○砂糖	豚肉(肩ロース)	キャベツ、グレープフルーツ、もやし、コーン、にんじん皮むき、○バナナ、○パイナップル、○もも缶、○みかん缶	598.7(495.8) 25.2(23.5) 23.4(14.9) 2.3(1.9)
15金	麦茶 せんべい	スイートロール、ジャガイモと鶏肉のトマト煮、ツナサラダ、春雨スープ、オレンジ	牛乳・ミルク おにぎり	○米、油、砂糖、はるさめ、じゃがいも	○牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、○脱脂粉乳	にんじん、オレンジ、ブロッコリー、マッシュルーム缶、ヤングコーン、こまつな、きゅうり、キャベツ、カットわかめ	499.0(435.9) 19.9(18.6) 12.9(7.8) 2.3(2.1)
16土	麦茶 せんべい	サンドイッチ(卵・ハム)、サンドイッチ(ジャム)、牛乳、バナナ		食パン、マヨネーズ、バター	牛乳、卵、ハム	バナナ、きゅうり、いちごジャム	498.0(484.4) 16.3(15.4) 18.4(16.1) 1.3(1.3)
18月	麦茶 蒸かし芋	ご飯、若鶏のごま照り焼き、ひじきとハムのソテー、こしね汁、グレープフルーツ	ヨーグルト せんべい	米、砂糖、油、○じゃがいも	かつお節、ハム、○ヨーグルト	ひじき、グレープフルーツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ごま、干しいたけ、しょうが、ねぎ、こんにやく	480.8(603.1) 17.0(20.1) 9.5(14.1) 2.9(2.9)
19火	麦茶 たまごボーロ	ご飯、豚肉の生姜焼き、三色おかか和え、玉ねぎと油揚げの味噌汁、グレープフルーツ	牛乳・ミルク たこやき	米	○牛乳、豚ロース、油揚げ、○脱脂粉乳	しょうが、グレープフルーツ、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな	593.1(504.2) 21.4(19.0) 25.8(17.2) 3.0(2.4)
20水	麦茶 ビスケット	うどん、野菜とえびのかき揚げ天ぷら、やくみ、ゆで卵、フレッシュナッブル	牛乳・ミルク デニッシュパン	ゆでうどん、小麦粉、米ぬか油	○牛乳、卵、しばえび、○脱脂粉乳	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、ねぎ、コーン、いんげん、干しいたけ、パイナップル	670.0(588.7) 29.1(26.2) 16.4(9.6) 3.1(2.8)
21木	麦茶 ミニかにパン	食パン、チーズはんぺんフライ、マカロニサラダ、そら豆、トマトスープ、オレンジ	野菜ジュース せんべい	マカロニ、油、砂糖、マヨネーズ	○牛乳、ハム、○おから、はんぺん、○脱脂粉乳	グレープフルーツ、たまねぎ、レタス、きゅうり、小松菜、人参、もやし	525.5(468.2) 19.3(20.0) 20.6(14.3) 2.1(2.0)
22金	麦茶 ももヨーグルト	麦ご飯、ニラ納豆、かみかみサラダ、麩ともやしの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク おからドーナツ	米、焼ふ、押麦、油、砂糖、ごま油	○牛乳、納豆、鶏ひき肉、みそ、いか、○脱脂粉乳、○ヨーグルト	オレンジ、もやし、だいこん、にら、きゅうり、にんじん、ごま、カットわかめ、○もも缶	445.8(415.7) 20.7(21.8) 13.4(9.7) 2.7(2.5)
23土	せんべい 麦茶	サンドイッチ(卵・ハム)、サンドイッチ(ジャム)、牛乳、バナナ		食パン、マヨネーズ、バター	牛乳、卵、ハム	バナナ、いちごジャム	546.1(542.7) 18.8(18.1) 20.1(17.8) 1.6(1.6)
25月	麦茶 チーズクラッカー	ロールパン、焼きそば、えびしゅうまい、わかめスープ、グレープフルーツ	牛乳・ミルク 蒸かし芋	○じゃがいも、焼きそばめん、油、ごま油	○牛乳、豆腐、豚にく、あさり、えび、○脱脂粉乳、○プロセスチーズ	グレープフルーツ、もやし、にんじん、キャベツ、ねぎ、こまつな、カットわかめ、干しいたけ、たまねぎ、干しいたけ	519.9(485.8) 21.4(21.4) 17.6(12.6) 2.6(2.4)
26火	麦茶 ビスコ	麦ご飯、マーボー豆腐、ばんさんすう、ワンタンスープ、オレンジ	牛乳・ミルク みたらし団子	米、○砂糖、はるさめ、砂糖、押麦、ごま油、○片栗粉、油	○牛乳、豆腐、豚ひき肉、ハム、米みそ、○脱脂粉乳	オレンジ、もやし、こまつな、にんじん、ねぎ、たまねぎ、きゅうり、にら、しょうが、にんにく	611.1(555.2) 22.2(22.8) 18.0(14.4) 2.9(2.9)
27水	麦茶 せんべい	食パン、いちごジャム、コーンクリームグラタン、ピーンズサラダ、コンソメスープ、アメリカンチェリー、(未満児)みかんゼリー 【誕生会メニュー】	牛乳・ミルク ショートケーキ (未満児)ワッフル	マカロニ、マヨネーズ	○牛乳、生クリーム、ハム、ベーコン、大豆水煮缶、粉チーズ、○脱脂粉乳	クリームコーン缶、アメリカンチェリー、キャベツ、コーン、ミニトマト、きゅうり、たまねぎ、にんじん、いちごジャム、マッシュルーム缶、パセリ	831.4(461.9) 26.5(16.1) 34.9(11.5) 2.5(1.0)
28木	麦茶 バターロール	ご飯、ハンバーグ、ブロッコリーの酢醤油和え、中華スープ、グレープフルーツ	ジョア ビスコ かみかみ昆布	米、○ロールパン、油、ごま油	ジョア、豚肉	グレープフルーツ、ブロッコリー、こまつな、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ごま	722(627.8) 23.4(18.9) 16.3(13.3) 5.5(4.2)
29金	麦茶 バナナ	ご飯、焼き魚、和風ポテトサラダ、豆腐となめこの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク ツナマヨトースト	米、じゃがいも、○食パン、マヨネーズ、○マヨネーズ、砂糖	○牛乳、ぎんざけ、豆腐、○ツナ油漬缶、米みそ、かつお節、○脱脂粉乳	オレンジ、なめこ、ねぎ、きゅうり、にんじん、○たまねぎ	562(498.8) 23.9(21.5) 23.0(17.0) 2.5(2.1)
30土	麦茶 せんべい	カレーライス、バナナ、牛乳		米、じゃがいも、油	豚肉、牛乳	人参、玉葱、バナナ	596(543) 15.6(14.1) 13(11) 2(1.7)

※献立は都合により変更する場合があります。

※ 月平均()は未満児

エネルギー
塩分

571(514)
2.4(2.2)



5 月 の 食 事 だ よ り



入園、進級してもうすぐ1ヶ月が経とうとしています。少しずつ新しい環境になれ、みんなと一緒に楽しく給食を食べている姿が見られています。

・5月5日は「こどもの日」です。「竹の子」や「かしわ餅」などの食べ物は、子供たちが健やかに育つことを願うなどのいわれがあります。

※給食では5月1日(金)に『こどもの日メニュー』を予定しています。



★旬の食材・・・さやが空に向かって伸びる事からその名がついた『そら豆』。色鮮やかな黄緑色をしており、さやの中には大きい物で5つの豆が入っています。

※5月21日(木)は「そら豆入りマカロニサラダ」です。調理前のそら豆は子供たちが見たり触れたりしながら観察する予定です。