



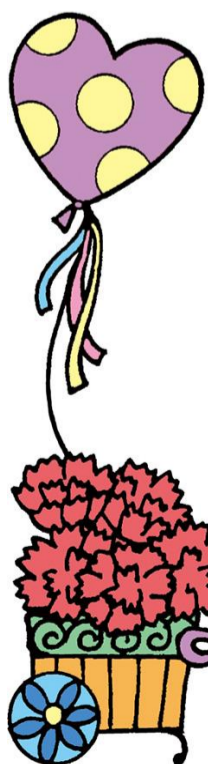
5月給食献立表



令和5年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	月	牛乳 こんがりサクサク	鶏肉のすき焼き煮・キャベツのごま酢和え・シュウマイ・味付けのり	牛乳 梅の香おにぎり
2	火	牛乳 コーンフレーク	みそカツ・マカロニサラダ・豆乳スープ	牛乳 ヨーグルト苺ソースかけ
6	土	牛乳 ビスケット	ちゃんぽんラーメン・ほうれん草のナムル・バナナ	牛乳 ビスケット
8	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	魚のかば焼き・五色和え・みそ汁・オレンジ	牛乳 ベジータケーキ
9	火	牛乳 ミルクビスケット	アスパラガスのグラタン・ブロッコリーの塩ゆで・もずくスープ・パン缶	牛乳 かるかん
10	水	牛乳 星たべよ	千草焼き・もやしの和え物・トマト・みそ汁	牛乳 小魚・ハッピーターン
11	木	牛乳 バナナ	豚肉の甘辛煮・和風サラダ・小松菜納豆・かきたま汁	牛乳 かしわもちパン
12	金	牛乳 動物ビスケット	アラスカご飯・鯖のみそマヨネーズ焼き・彩野菜のごま和え・トマト 豆腐のすまし汁・オレンジ	牛乳 ピザトースト
13	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん・切干大根の和え物・バナナ	牛乳 ビスケット
15	月	牛乳 マンナ	さつま汁・青菜のおひたし・チキンナゲット・ひじきふりかけ・みかん缶	牛乳 豆乳もち
16	火	牛乳 ウエハース	タンドリーチキン・スパゲティソテー・コンソメスープ・バナナ	牛乳 ごまクッキー
17	水	牛乳 アンパンマンビスケット	鮭の豆乳クリームソースかけ・グリーンサラダ・豆腐のみそ汁	牛乳 チーズポテトボール
18	木	牛乳 こんがりサクサク	豚肉と厚揚げのみそ炒め・焼きポテト・手作りふりかけ・中華スープ	牛乳 きなこクリームサンド
19	金	牛乳 コーンフレーク	5歳児参観日(パン・りんごジュース・ソーセージ・ゼリー) 三色丼・ポテトサラダ・麩のすまし汁・オレンジ	牛乳 昆布・綱あられ
20	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん・青菜の磯和え・バナナ	牛乳 ビスケット
22	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	ハンバーグ・ごまドレッシングサラダ・コーンスープ	牛乳 フルーツヨーグルト
23	火	牛乳 星たべよ	新じゃがのそぼろ煮・青菜のおかか和え・納豆・オレンジ	牛乳 米粉の蒸しパン
24	水	牛乳 ミルクビスケット	八宝菜・焼き春巻き・粉ふき芋・バナナ	牛乳 スイートブール
25	木	牛乳 バナナ	鶏肉のから揚げ・チャプチェ・トマト・ワンタンスープ	牛乳 レーズンクッキー
26	金	牛乳 動物ビスケット	4歳児参観日(パン・りんごジュース・ソーセージ・ゼリー) ハヤシライス・フレンチサラダ・ゆで卵・オレンジ	牛乳 チーズ・小麦胚芽クラッカー
27	土	牛乳 ビスケット	焼きそば・きゅうりの酢の物・バナナ	牛乳 ビスケット
29	月	牛乳 アンパンマンビスケット	高野豆腐のオランダ煮・春雨の酢の物・すまし汁・パン缶	牛乳 焼きビーフン
30	火	牛乳 ウエハース	香味煮・ピーマンのおかか和え・ウインナー・オレンジ	牛乳 おふラスク
31	水	牛乳 マンナ	魚の照り焼き・ひじきの和え物・みそ汁・バナナ	牛乳 おかず蒸しパン

★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。



旬の野菜「グリーンピース」

子どもが嫌がりがちなグリーンピースですが、免疫力を高め、新陳代謝を円滑にし、風邪予防などに役立つ栄養素があります。一年中出回る缶詰のものは、処理の段階でビタミンが損失してしまっていますが、今の季節はさや付きの新鮮な生の豆が美味しく食べれます。お米と一緒に炊く豆ごはんや、ポタージュ、天ぷら、バター炒めなど、いろいろな調理法で味わいましょう。



5月5日はこどもの日(端午の節句)

- 「端午の節句」は、男の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをする日でしたが、1948年に、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝するお休みの日」と決められて「こどもの日」になり、子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。

- 【かしわ餅をなぜ食べる?】
柏の葉は、新しい葉が出るまで古い葉が落ちないことから家族が増えて、みんな元気であるようにという願いが込められています。

