



# 5月 給食献立表



榎ヶ原ちどり保育園 令和3年 5月 1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	土	牛乳 ビスケット	ウインナーサンド 豆乳コーンスープ オレンジ	牛乳 ビスケット
6	木	牛乳 ルヴァンクラシカル	魚のかば焼き 五色和え 豆腐のみそ汁 もも缶	牛乳 <small>3歳 子どもの日ゼリー 3上 かしわもち</small>
7	金	牛乳 シガーフライ	ポークハヤシライス フレンチサラダ ミートボール オレンジ	牛乳 ヨーグルトの莓ソースかけ
8	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
10	月	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 わかめサラダ のり佃煮	牛乳 小魚・ビスコ
11	火	牛乳 バナナ	鶏の唐揚げ チャプチェ ブロッコリーの塩ゆで ふのすまし汁	牛乳 豆乳もち
12	水	牛乳 <small>しるこサンドクラッカー</small>	アスパラガスのグラタン トマト ポテトスープ バナナ	牛乳 ツナとコーンのピザトースト
13	木	牛乳 エースコイン	すき焼き煮 キャベツの酢の物 焼き春巻 ひじきふりかけ	牛乳 米粉の蒸しパン
14	金	牛乳 ルヴァン	三色丼 春雨サラダ スマイルポテト オレンジ	牛乳 苺プリン
15	土	牛乳 ビスケット	スパゲティナポリタン ごま塩サラダ りんご	牛乳 ビスケット
17	月	牛乳 アスパラガス	竹輪の磯辺揚げ 五目きんぴら もずく入りみそ汁 手作りふりかけ	牛乳 小倉サンド
18	火	牛乳 マンナ	千草焼き グリーンポテト スパゲティ オニオンスープ	牛乳 レーズンクッキー
19	水	牛乳 コーンフレーク	魚のレモン風味焼き ひじきの和え物 みそ汁 オレンジ	牛乳 梅おにぎり
20	木	牛乳 乳ボー口	新じゃがのそぼろ煮 青菜のおかか和え 蒸ししゅうまい 納豆	牛乳 人参ゼリー
21	金	牛乳 ルヴァンクラシカル	カレーライス チキンナゲット コールスローサラダ パイン缶	牛乳 チーズ・アンパンマンビスケット
22	土	牛乳 ビスケット	ジャムサンド ポトフ バナナ	牛乳 ビスケット
24	月	牛乳 こんがりサクサク	鱈の西京焼き キャベツとコーンの甘酢和え トマト わかめのすまし汁	牛乳 かるかん
25	火	牛乳 <small>しるこサンドクラッカー</small>	ミネストローネ アスパラガスのソテー ししゃもフライ オレンジ	牛乳 きなこクッキー
26	水	牛乳 エースコイン	高野豆腐の五目煮 切干大根の酢の物 ウインナー 焼きのり	牛乳 おにぎりせんべい
27	木	牛乳 バナナ	タンドリーチキン スパゲティソテー ブロッコリーの塩ゆで コーンスープ <small>3歳菜飯</small>	牛乳 プレーンケーキ
28	金	牛乳 ルヴァン	アラスカご飯 鱈の天ぷら 彩野菜のごま和え トマト 豆腐のすまし汁 オレンジ	牛乳 プリン・アラ・モード
29	土	牛乳 ビスケット	ぶっかけうどん ツナサラダ バナナ	牛乳 ビスケット
31	月	牛乳 アスパラガス	スペイン風オムレツ ブロッコリーのごま和え コンソメスープ バナナ	牛乳 じゃがたこ焼き

## ちまきと柏餅

5月5日はこどもの日で「端午の節句」。もともと中国から伝わった五節句の一つで、ちまきや柏餅を食べます。ちまきは中国の聖人「屈原」の忌日が5月5日にあたり、とむらうためにお米を笹で巻いて蒸したものを供えたのが始まりといわれています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。

## しよっきのならべかた

ふくさい (おかずなど)      しゅさい (おかず)

しゅしよく (ごはんなど)      しるもの (みそしる、すましなど)

しゅしよくはひだり、しるものはみぎ、はしは、てまえだよ