5月 給食献立表

					1日（木）	2日（金）	3日（土）
昼食	普通食				カレースープパスタ	サバの生姜ソース	憲法記念日
					ロールパン	春雨とピーマンの炒め物	
					オレンジ	味噌汁	
	離乳食				マカロニの煮物	煮魚	
					りんごとさつま芋の煮物	人参ときゅうりの煮物	
					すまし汁	味噌汁	
おやつ	普通食				あんこ蒸しパン	畑のスナック	
	離乳食				茹でかぼちゃ	茹でじゃが芋の青のりがけ	
		5日（月）	6日（火）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）
昼食	普通食	こどもの日	振替休日	パン・根菜ハンバーグ	ちゃんぽん	玉子焼	栄養満点丼
				野菜添え	煮豆	牛肉とごぼうの炒め煮	わかめスープ
				きのこスープ		すまし汁	バナナ
	離乳食			つくね焼	ささ身の和風煮	豆腐の煮物	そぼろ丼
				じゃが芋と胡瓜の煮物	かぼちゃと人参の煮物	ほうれん草とさつま芋の煮物	すまし汁
				きのこスープ	味噌汁	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食			ポンデケージョ	パパロア	米粉のケーキ	お菓子・牛乳
	離乳食			茹で大根とちりめんじゃこ	茹でブロッコリーとツナ	茹でじゃが芋とインゲン	お菓子
		12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）
昼食	普通食	魚の香味焼	ハヤシライス	パン・鶏肉のカレー焼	ジャージャー麺	千草焼	納豆
		厚揚げの煮物	野菜サラダ	トマトとレタスのサラダ	じゃこサラダ	ブロッコリーサラダ	豚汁
		スナップ豆の味噌汁	オレンジ	コンソメスープ		ミネストローネ	バナナ
	離乳食	魚の青のりがけ	ハヤシライス	ささ身のカレー煮	マカロニの煮物	つくね焼	納豆
		人参とじゃが芋の煮物	野菜サラダ	きゅうりと南瓜の煮物	ほうれん草と人参の煮物	ブロッコリーとじゃが芋の煮物	味噌汁
		味噌汁	みかん	野菜スープ	すまし汁	トマトスープ	バナナ
おやつ	普通食	バナナ・お菓子	ミニカル鉄スティック	おにぎり	さつま芋のスコーン	きな粉サンドパン	お菓子・牛乳
	離乳食	茹で豆腐とちりめんじゃこ	お菓子	茹でさつま芋	茹できゅうりとなす	茹でかぼちゃ	お菓子
		19日（月）	20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）
昼食	普通食	麻婆丼	鮭のチーズムニエル	豚の生姜焼	焼きそば・ロールパン	プルコギチキン	親子丼
		すまし汁	スナップ豆とひじきのサラダ	春雨サラダ	わかめスープ	ほうれん草のナムル	すまし汁
		オレンジ	中華スープ	味噌汁	オレンジ	春雨スープ	バナナ
	離乳食	麻婆豆腐	魚の豆乳煮	ささ身の玉ねぎソース	高野豆腐の煮物	ささ身のトマト煮	そぼろ丼
		すまし汁	きゅうりとさつま芋の煮物	人参とブロッコリーの煮物	じゃが芋と胡瓜の煮物	ほうれん草と南瓜の煮物	すまし汁
		バナナ	すまし汁	味噌汁	すまし汁	春雨スープ	バナナ
おやつ	普通食	ミニのりのりあげもち	オレンジ・お菓子	バナナマフィン	アーモンドいりこ	ココアケーキ	お菓子・牛乳
	離乳食	お菓子	茹でじゃが芋とツナ	茹で豆腐となす	茹でさつま芋	茹できゅうりと人参	お菓子
		26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）
昼食	普通食	鶏肉のマーマレード焼	鮭のごま焼	パン・オムレツ	豚肉うどん	チーズ豚カツ	納豆
		切干ナポリタン	スナップ豆とじゃが芋のそぼろ煮	スパゲティサラダ	ヨーグルト和え	野菜添え	厚揚げの味噌汁
		かき玉汁	呉汁	コーンスープ		すまし汁	バナナ
	離乳食	ささ身のりんごソース	魚のごま煮	豆腐の煮物	マカロニの煮物	ささ身のクリーム煮	納豆
		大根とさつま芋の煮物	じゃが芋と人参の煮物	きゅうりと南瓜の煮物	りんごと人参の煮物	ブロッコリーとじゃが芋の煮物	豆腐の味噌汁
		すまし汁	味噌汁	コーンスープ	味噌汁	すまし汁	バナナ
おやつ	普通食	きな粉和え	バナナ・お菓子	ゼリー	おにぎり	メロンパン・ジュース	お菓子・牛乳
	離乳食	茹でほうれん草となす	茹でブロッコリーとじゃこ	茹でさつま芋	茹で大根とツナ	茹でかぼちゃ	お菓子

※おやつは、無添加・無着色のお菓子・手作りおやつを準備しています。
※0歳～1歳児は、段階に応じて離乳食を作っています。
※アレルギー対応は、その日のメニューに応じて準備しています。

～給食室からひとこと～

5月に入り園生活にも慣れてきた頃ですね。この時期は突然体調を崩してしまうような子どももいます。
表情や食欲の変化に十分注意しながら、体調管理に気をつけましょう。
今月の食材はスナップ豆です。ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富な食べ物です。
骨のカルシウムの吸収をよくする働きのあるビタミンKが含まれているので、成長のサポートに役立ちます。