



給食献立予定表 5月

あいあい保育園

R6. 4. 30

	1時~11時の おやつ	献立名	3時のおやつ	“血・肉” を作る食品 あか	“熱・力” の元になる食品 きいろ	“体調” を整える食品 みどり	熱量(カロリー) 上段 三歳未満 下段 三歳以上
1 (木)	シガーフライ	麦ごはん 鶏チーズボール 人参シリシリ ブロッコリーのおかか和え パナナ	牛乳 サクサクサブレ	鶏肉 チーズ ツナ 卵 かつお節 牛乳	麦 米 パン粉 薄力粉 アーモンド マーガリン	もやし 人参 フロccoli- バナナ	499 500
2 (金)	アンパンマン せんべい	☆こどもの日お祝い会メニュー カレーピラフ エビフライ トマト ポテトサラダ お祝いゼリー	牛乳 アメリカンドッグ	鶏肉 エビ 卵 ハム 牛乳	米 パン粉 薄力粉 じゃがいも せんべい お祝いゼリー	玉ねぎ 人参 ビーマン トマト きゅうり	512 526
3 (土)		憲法記念日でお休みです。					
5 (月)		こどもの日でお休みです。					
6 (火)		振替休日でお休みです。					
7 (水)	クッキー	たけのこと豚肉のとりみ中華そば 新じゃが甘辛あげ きゅうりの塩っぺ ミニゼリー	牛乳 パセリ入りクラッカー	豚肉 牛乳	中華麺 片栗粉 じゃがいも ミニゼリー 薄力粉	たけのこ ねぎ きゅうり パセリ	494 492
8 (木)	ポップコーン	麦ごはん 魚のケチャップソース焼き ひじきのゴマネーズ 春キャベツのスープ オレンジ	牛乳 マーマレードポテト	サゴシ ひじき ハム 牛乳	麦 米 ポップコーン ごま さつまいも マーマレード	玉ねぎ ほうれん草 春キャベツ 人参 オレンジ	531 529
9 (金)	きなこトースト	ごはん 厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 新ごぼうから揚げ スナッペンどうのベーコンソテー パナナ	麦茶 ヨーグルト	鶏肉 厚揚げ ベーコン きなこ ヨーグルト 牛乳	米 じゃがいも ごま 食パン マーガリン	人参 玉ねぎ ごぼう スナッペンどう パナナ	578 523
10 (土)		こどもまつり					
12 (月)	おとと	ごはん 豆腐ハンバーグ 人参グラッセ ブロッコリーの塩ゆで オレンジ	牛乳 ココアクッキー	合挽肉 豆腐 卵 牛乳	米 おととと パン粉 薄力粉 マーガリン	玉ねぎ 人参 フロccoli- オレンジ	488 479
13 (火)	ウエハース	ごはん そら豆のかき揚げ トマト ポイル野菜のごま和え ミニゼリー	牛乳 チーズ蒸しパン	エビ そら豆 卵 チーズ 牛乳	米 ウエハース じゃがいも 片栗粉 ごま ミニゼリー ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 ごぼう トマト キャベツ きゅうり	485 508
14 (水)	ふかひいも	ジャージャー麺 揚げ餃子 千草和え 杏仁フルーツ	牛乳 きなこ団子	豚ひき肉 赤味噌 卵 ちくわ かつお節 きなこ 牛乳	中華麺 さつまいも 餃子 片栗粉 白玉粉	玉ねぎ 人参 水菜 キャベツ きゅうり ほうれん草 パナナ フルーツミックス	537 554
15 (木)	えびせん	麦ごはん はんぺんフライ トマト カラフルサラダ パナナ	牛乳 オレンジプリン	はんぺん チーズ ハム 卵 牛乳	麦 米 えびせん パン粉 じゃがいも かぼちゃ 食パン オレンジジュース	トマト 人参 パプリカ きゅうり パナナ	500 510
16 (金)	クリームサンド	ごはん 魚の若草焼き かきたま汁 かにかまサラダ オレンジ	麦茶 そばめし	サゴシ 味噌 卵 かにかま 豚肉 牛乳	米 中華麺 クリームサンド	ほうれん草 玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ きゅうり オレンジ	487 506
17 (土)	サラダせんべい	ハヤシライス コーンサラダ バナナ	牛乳 ロールカステラ	豚肉 ハム 牛乳	米 ハヤシライス コーン サラダせんべい ロールカステラ	玉ねぎ 人参 マッシュルーム キャベツ きゅうり パナナ	440 425
19 (月)	ベビーカステラ	ごはん 麻婆豆腐 ししゃも天ぷら きゅうりのゆかり和え オレンジ	牛乳 バナナパイ	合挽肉 豆腐 赤味噌 ししゃも 卵 牛乳	米 片栗粉 薄力粉 ベビーカステラ バイシート	玉ねぎ 人参 ねぎ 生麦 にんにく きゅうり オレンジ パナナ	481 493
20 (火)	フルーチェ	ごはん カレー肉じゃが 新玉ネギと絹さやスープ ブロッコリーのきのこのごま酢和え ミニゼリー	牛乳 おからセサミ	豚肉 青のり おから 牛乳	米 じゃがいも こんにゃく ごま ミニゼリー 小麦粉 フルーチェ	玉ねぎ 人参 いんげん 絹さや ブロッコリー えのき しめじ	490 492
21 (水)	野菜かりんとう	肉あんかけうどん ちくわの磯辺揚げ きゅうりのしらす和え パナナ	牛乳 ジャムサンド	豚ひき肉 ちくわ 青のり しらす 牛乳	うどん 薄力粉 野菜かりんとう 食パン いちごジャム	玉ねぎ 人参 ねぎ 干しいたけ きゅうり パナナ	492 484
22 (木)	ヨーグルトみかん	麦ごはん 魚のムニエル ジャーマンポテト アスパラのごま和え オレンジ	牛乳 キャロットケーキ	サゴシ ベーコン 卵 ヨーグルト 牛乳	麦 米 じゃがいも 小麦粉	玉ねぎ アスパラガス 春キャベツ 人参 きゅうり オレンジ みかん缶	536 555
23 (金)	ミニドーナツ	手作りパン コーンクリームシチュー ツナサラダ パナナ	牛乳 揚げたご焼き	鶏肉 ツナ 青のり 牛乳	強力粉 薄力粉 コーンクリーム缶 じゃがいも ミニドーナツ たご焼き	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり パナナ	496 513
24 (土)	おかき	親子丼 味噌汁 バナナ	牛乳 パウムクーハン	鶏肉 卵 わかめ 豆腐 牛乳	米 おかき パウムクーハン	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ バナナ	480 458
26 (月)	ぶどうゼリー	ごはん カラフル回鍋肉 ニラ玉汁 中華風サラダ ミニゼリー	牛乳 豆腐ドーナツ	豚肉 卵 ハム 豆腐 卵 牛乳	米 ぶどうゼリー 春雨 ホットケーキミックス	玉ねぎ ビーマン パプリカ キャベツ 人参 たら もやし きゅうり	540 574
27 (火)	バナナ	新玉ネギとアスパラごはん 鶏から春ドレッシング こまつナサラダ 生パン	牛乳 パースティケーキ	鶏肉 卵 ツナ 生クリーム 牛乳	米 片栗粉 ごま 薄力粉	新玉ねぎ 人参 アスパラガス にんにく 生麦 小松菜 バイン パナナ	493 530
28 (水)	ビスコ	ブロッコリーとツナのパスタ そら豆のポテトサラダ フルーツヨーグルト	麦茶 梅じゃこおにぎり	ツナ ヨーグルト しらす 牛乳	スリザティ じゃがいも ビスコ 米	ブロッコリー にんにく そら豆 バナナ フルーツミックス 梅	551 567
29 (木)	あられ	麦ごはん 魚のごま味噌焼き のり佃煮 切干大根の含め煮 オレンジ	牛乳 煎茶クッキー	サゴシ のり佃煮 卵 牛乳	麦 米 薄力粉 マーガリン	生麦 切干大根 人参 オレンジ	498 502
30 (金)	米菓子	手作りパン マカロニグラタン フレンチサラダ パナナ	牛乳 プリン	鶏肉 ハム 牛乳	強力粉 薄力粉 マカロニ コーン プリン 米菓子	玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ きゅうり パナナ	537 563
31 (土)	ザル	キーマカレー グリーンサラダ ミニゼリー	牛乳 まがりせんべい	豚ひき肉 ハム 牛乳	米 カレールー ザル まがりせんべい	ビーマン 人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり	499 498

※価格高騰・天候状況によりやむなく食材を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。



給食だより 5月



新年度がスタートしてあっという間に1か月が経ちました。子どもたちは新しいクラスとなり環境の変化にもなれてきたでしょうか？5月は大型連休もあり生活リズムが崩れる時期ですが、早寝早起きをして3食しっかり食事を摂りましょう。

生活や環境の変化に慣れるのが早い子供たちを見習いながら、子供たちの癒しの笑顔と元気パワーをもらって、今月もおいしい給食を提供していきたいと思います。

給食の様子



4月25日はお誕生日会メニューでした！

お誕生日会なのでいつもより少し豪華なメニューです。

旬のたけのこを使ったたけのこごはん！

つき、にじ、ほしグループのみんなが採ってきてくれたものも使いました。

配膳時には「おいしそう！」や「早く食べたーい」などの声が聞こえてきました😊

たけのこだけをきれいに残しているお子さんがいたので「嫌いなもの？」と聞くと「好きだから最後に食べる！」と教えてくれてたけのこを頬張っていました😋

また、たけのこが苦手なお子さんも頑張って完食していました。苦手な物も頑張って食べている姿はカッコ良かったです！



今月のバースデケーキ

今月はディズニーイースターのケーキです！

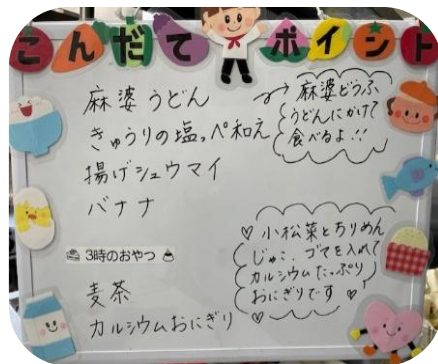
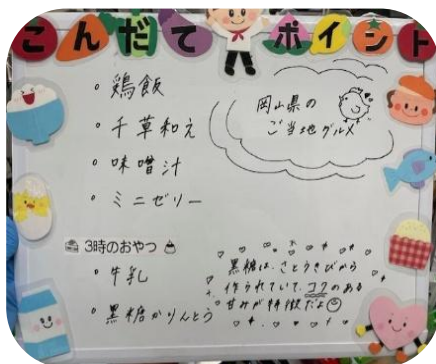
ことき先生が毎月かわいいバースデケーキを作ってくれているので載せていこうと思います♡



ホールに【献立ポイント】を掲載しています。

その日の給食によってどんなメニューか、どんな体にいい成分が入っているかなどを書いています。

また給食の展示も引き続きしていますので、気になるレシピがあれば給食室までお声掛けください♡



朝ごはんを食べよう！

＊朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いろいろしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量が多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう！



邑久高校美術部の生徒が作成しました

毎食やさいを食べよう！



瀬戸内市ホームページ
「みんなの食育ひろば」

瀬戸内市は、健康な体づくりのため、「毎食やさい」を食べることをすすめています
野菜を使った市内の学校、園の給食レシピを市ホームページにのせています。ぜひご活用ください！