



# 5月のこんだてひょう



宮古保育園  
R05・04・25

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 ラスク 麦茶	2 小松菜せん 麦茶	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん ごま和え すき焼き風煮 ポテトサラダ みそ汁 果物	おたんじょうかい	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	焼きそば サラダ スープ 果物
午後	バナナケーキ 牛乳	こいのぼりクレープ 牛乳				
午前	8 蒸しパン 麦茶	9 クラッカー 麦茶	10 ビスケット 麦茶	11 芋もち 麦茶	12 ホットケーキ 麦茶	13 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 粉ふき芋 高野豆腐煮 人参のナムル みそ汁 果物	麦ごはん ブロッコリー サバのみそ煮 小松菜とツナのごま和え みぞれ汁 果物	麦ごはん トマト ビーンズカレー サラスパサラダ 卵スープ 果物	麦ごはん 磯和え チーズオムレツ ブロッコリーのちくわサラダ 春雨スープ 果物	麦ごはん 枝豆 根菜の旨煮 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物	和風スパゲティ サラダ スープ 果物
午後	せんべい 牛乳	チーズパン 牛乳	もちもちスイーツポテト 牛乳	ジャムパン 牛乳	Feウエハース ヨーグルト	
午前	15 ジャムパン 麦茶	16 ヨーグルト	17 バナナクッキー 麦茶	18 ウエハース 麦茶	19 くだもの	20 ビスケット 麦茶
昼食	麦ごはん トマトサラダ 鶏肉と大豆の揚げ煮 ごぼうサラダ みそ汁 果物	おにぎり~おにぎりの日~ 鯖のごま焼き コーンソテー ほつれん草和え みそ汁 果物	麦ごはん 卵焼き ピーマンの肉詰め マカロニサラダ わかめスープ 果物	麦ごはん 小松菜ソテー 親子丼風煮 キャベツの香り漬け みそ汁 果物	麦ごはん 大豆煮 タラのマヨ焼き 小松菜の白和え もやしスープ 果物	オムライス サラダ スープ 果物
午後	クッキー 牛乳	そら豆蒸しパン 牛乳	ピザトースト 牛乳	丸ごとバナナ 牛乳	カル鉄おにぎり 牛乳	
午前	22 えびせん 麦茶	23 ごまクッキー 麦茶	24 ポーロ 麦茶	25 マフィン 麦茶	26 小魚せんべい 麦茶	27 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん ふりかけ 肉団子の酢豚 三色和え コーンスープ 果物	麦ごはん 納豆 鮭フライ キャベツのおかか和え 豆乳スープ 果物	麦ごはん 胡麻和え 高野豆腐の五目煮 大根のナムル みそ汁 果物	麦ごはん さつま芋煮 鯖のもやしあんかけ トマトの酢味噌和え すまし汁 果物	パン~パンの日~ひじき煮 じゃが芋のチーズ焼き 小松菜のシラスサラダ スープ 果物	三色丼 和え物 みそ汁 果物
午後	Caせんべい 牛乳	ツナマヨパン 牛乳	焼おにぎり 麦茶	ポテトサンド 牛乳	フルーツヨーグルト	
午前	29 ウエハース 麦茶	30 チーズクラッカー 麦茶	31 くだもの	<div style="border: 1px dashed red; padding: 5px;">           2日(火) 誕生会&lt;完全給食&gt;            16日(火) おにぎりの日                      さくらんぼ組は園で用意します            26日(金) パンの日                      さくらんぼ組は園で用意します         </div>		
昼食	麦ごはん トマト チーズハンバーグ ピーマンのツナ和え 野菜スープ 果物	麦ごはん ブロッコリー サバのカレー焼き 納豆和え みそ汁 果物	麦ごはん 鮭フレーク 肉じゃが ひじきサラダ みそ汁 果物			
午後	源氏パイ 牛乳	卵サンド 牛乳	焼ビーフン 牛乳			

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。  
 ※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

### 食育目標 食事の大切さを知る。

0.1.2歳児~いろいろな食品を見たり味わうことで食体験を増やす。  
 3歳以上児~いろいろな食品の種類を知り、残さず食べる事ができる。

そら豆のさやはふかふかペット  
 そら豆のさやは、内側が白い綿毛になっていて乾燥や寒さからそら豆を守っています。この時期はさやが付いたままの物が出回っています。子どもと一緒にさや剥きをしてペットを観察してみませんか？