



5月のこんだてひょう



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	 エネルギー (kcal) 目標量 450 380 平均 484 391 食塩 (g) 目標量 1.4 1.6 平均 1.3 1.4 ※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。	未満児 以上児	1 青のりクラッカー 麦茶	2 小松菜せん 麦茶	3 憲法記念日	4 みどりの日
昼食		麦ごはん 麻婆豆腐 もやしの胡麻和え 卵スープ 果物	 おたんじょうかい	 憲法記念日	 みどりの日	
午後		ジャムパン 牛乳	こいのぼりクッキー 牛乳			
午前	6 振替休日	7 ラスク 麦茶	8 ビスケット 麦茶	9 ポーロ 麦茶	10 ツナお焼き 麦茶	11 ビスケット 麦茶
昼食	 振替休日	麦ごはん カレー風肉じゃが 磯和え みそ汁 果物	麦ごはん 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 鮭の切干大根あんかけ 小松菜とツナの胡麻和え みそ汁 果物	麦ごはん 厚揚げの中華煮 卵焼き みそ汁 果物	スパゲティ サラダ スープ 果物
午後		野菜のパウンドケーキ 牛乳	ピザトースト 牛乳	ごへいもち 牛乳	Feウエハース ヨーグルト	
午前	13 芋もち 麦茶	14 ウエハース 麦茶	15 ヨーグルト	16 くだもの	17 枝豆ビスケット 麦茶	18 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん 高野豆腐の肉詰め トマトの酢味噌和え みぞれ汁 果物	 おにぎり～おにぎりの日～ ししゃもの胡麻揚げ 小松菜のナムル みそ汁 果物	麦ごはん トマトのチンジャオロース さつま芋サラダ 小松菜スープ 果物	麦ごはん 鮭のきのみそ焼き オクラのおかか和え 豆腐の旨煮 果物	麦ごはん ひじき入り卵焼き すき昆布煮 みそ汁 果物	五目うどん 和え物 果物
午後	卵サンド 牛乳	スイートポテト 牛乳	カラフル蒸しパン 牛乳	チーズおにぎり 牛乳	揚げパン 牛乳	
午前	20 ウエハース 麦茶	21 マフィン 麦茶	22 蒸かし芋 麦茶	23 胡麻クッキー 牛乳	24 小魚せん 麦茶	25 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 和風ハンバーグ 小松菜のシラスサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 鯖のごまみそ焼き カラフルサラダ 豆乳汁 果物	麦ごはん 大根のうま煮 納豆和え みそ汁 果物	麦ごはん サバの甘酢あんかけ ほうれん草とキノコの和え物 みそ汁 果物	 パン～パンの日～ ミートローフ ポテトサラダ コーンスープ 果物	三色丼 サラダ みそ汁 果物
午後	きな粉おはぎ 牛乳	しとぎもち 牛乳	乾パンかりんとう 牛乳	ハリハリおにぎり 牛乳	チーズパン 牛乳	
午前	27 ヨーグルト	28 お焼き 麦茶	29 パナナクッキー 麦茶	30 蒸しパン 麦茶	31	 2日(木)誕生会 <完全給食> 14日(火)おにぎりの日 さくらんぼ組は園で用意します。 24日(金)パンの日 さくらんぼ組は園で用意します。
昼食	麦ごはん 肉団子のほくほく煮 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物	麦ごはん 鮭フライ なめたけ和え みそ汁 果物	麦ごはん チーズオムレツ ピーマンのツナ和え スープ 果物	麦ごはん 高野豆腐煮 人参のナムル みそ汁 果物	 親子遠足	
午後	バナナケーキ 牛乳	そら豆蒸しパン 牛乳	芋のソフトクッキー 牛乳	フルーツヨーグルト		

※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～いろん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～いろんな食品の種類を知り、残さず食べる事ができる。

めろん組
 28日(火)にそら豆のさやむき体験を行います。

そら豆のさやはふかふかベッド

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ものが出回っています。子どもと一緒にさや剥きをしてベッドを観察してみませんか？

