

日付	行事	主食	献立名 主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	使用食品			ご家庭で補いたい食品
					からだを作る食べ物 太字・アンダーラインは、今月使われる地元食材です〔予定〕	体の調子を整える食べ物	1杯になる食べ物	
1月			鶏肉の照り焼き 小松菜の磯和え 豆腐の味噌汁	豆乳フレンチトースト	鶏肉 豆腐 油揚げ 小松菜 人参 もやし 玉ねぎ えのき ねぎ	小松菜 人参 もやし 玉ねぎ えのき ねぎ	お米	魚や いも類
2火			ポテオムレツ 海藻サラダ コンソメスープ	ココアホットケーキ	ベーコン 卵 ツナ	人参 玉ねぎ コーン きゅうり キャベツ	お米 ジャガイモ	海藻類 緑黄色野菜
3水								
4木								
5金								
6土			豚バラ野菜丼 具たくさん味噌汁	抹茶豆乳蒸しパン	豚肉 豆腐 油揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 えのき	お米	魚や 卵
7日								
8月			豆腐ステーキのミートソースかけ りっちゃんの元気サラダ ふわふわスープ	こいのぼりサンド	豆腐 豚肉 ハム 卵	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり しいたけ	お米 ジャガイモ	種実類や 緑黄色野菜
9火			チキンカレー あらめの煮物 小松菜のツナ和え	りんごゼリー	鶏肉 卵 油揚げ 大豆水煮 ツナ	玉ねぎ 人参 ビーマン 小松菜 イケダ	お米 ジャガイモ	肉類や 淡色野菜
10水			魚の梅煮 小松菜の卵炒め おじゃがスープ	ピザトースト	魚 ベーコン 卵	小松菜 人参 玉ねぎ	お米 ジャガイモ	豆類や
11木			高野豆腐の卵とじ 金平ごぼう ほうれん草のしらす和え	揚げびっぴ	鶏肉 卵 高野豆腐 むきエビ ちくわ	玉ねぎ 人参 ねぎ ごぼう ほうれん草	お米 ジャガイモ こんにゃく	種実類 緑黄色野菜
12金			ヘルシーミートローフ ジャーマンポテト スナッフエンドウのツナ和え	スマイル蒸しパン	合挽ミンチ 卵 ベーコン ツナ	玉ねぎ 人参 ビーマン 小松菜 スナッフエンドウ	お米 ジャガイモ	乳製品や 豆類
13土			イタリアンスパゲティ 具たくさんスープ	きな粉トースト	豚肉 鶏肉	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ キャベツ	スパゲティ ジャガイモ	魚や 緑黄色野菜
14日								
15月			お好み焼き風卵焼き こんにゃくの炒り煮 ジャガイモの味噌汁	ハムチーズマフィン	豚肉 卵 さくらえび 豆腐 油揚げ	キャベツ 人参 ねぎ 玉ねぎ	お米 ジャガイモ こんにゃく	魚や きのこ
16火			ちゃんぽん麺 小松菜のゴマ和え 鶏レバーの生姜煮 りんご	レーズン蒸しパン	豚肉 いか えび 鶏レバー	玉ねぎ 人参 コーン キャベツ 小松菜	中華麺 こんにゃく	いも類や 海藻類
17水			魚のカレー粉揚げ スパゲティサラダ チキンスープ	ごまポッキー	魚 ツナ 鶏肉	きゅうり コーン キャベツ チンゲン菜	お米 スパゲティ	肉や いも類
18木	ビュッフェ給食		ピースご飯 豚肉の野菜巻 小松菜のツナ和え 梅ポテト 炊き込みご飯 中華炒め 小松菜のおかか和え 梅ポテト	クリームトースト	豚肉 ツナ 豚肉 鶏肉 油揚げ	グリーンピース もやし 小松菜 アスパラ ごぼう 人参 キャベツ アスパラ たけのこ	お米 ジャガイモ	豆類や 海藻類
19金	親子遠足		肉じゃが 豆腐の味噌汁 キャベツの昆布和え	豆腐ドーナツ	豚肉 豆腐	キャベツ 人参 ねぎ 玉ねぎ きゅうり	お米	魚や 緑黄色野菜
20土			ヒビンバ丼 中華サラダ	ラスク	牛肉	玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 きゅうり	お米 春雨	魚や 海藻類
21日								
22月			チキンビーンズ コールスローサラダ 野菜ソテー	マーラーカオ	鶏肉 水煮大豆 ハム	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ きゅうり	お米 ジャガイモ	乳製品や きのこ類
23火			チンジャオロースー 中華サラダ もやしとわかめのスープ	キラキラゼリー	牛肉	たけのこ ビーマン 玉ねぎ きゅうり	お米 春雨	魚や 緑黄色野菜
24水			魚のバター焼き 豚汁 ほうれん草のきのこ和え	コーントースト	魚 豚肉 豆腐 油揚げ	キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 人参 ごぼう	お米 ジャガイモ こんにゃく	乳製品や 種実類
25木	誕生会		わかめご飯 まさご揚げ ポテトサラダ 野菜のカレー炒め	スナックケーキ	豆腐 えび ハム 卵	玉ねぎ 人参 ねぎ きゅうり チンゲン菜	お米 ジャガイモ	肉や 海藻
26金			ジャーマンオムレツ ほうれん草のソテー クリームシチュー	抹茶もちもちパン	ベーコン 卵 鶏肉 えび	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ コーン	お米 ジャガイモ	豆や 緑黄色野菜
27土			野菜煮込みうどん 小松菜のゴマ和え	ココアスティックパン	鶏肉	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ 小松菜 もやし	うどん	いも類や 豆類
28日	環境整備作業							
29月			豆腐チャンプルー じゃが芋のツナマヨ和え 春雨のスープ	フルーツヨーグルト	豆腐 鶏肉 ツナ ベーコン	玉ねぎ 人参 たら チンゲン菜 しいたけ	うどん こんにゃく	卵や 海藻類
30火			きつねうどん 牛肉のしぐれ煮 菜種和え りんご	パンプティング	鶏肉 かまぼこ 牛肉 卵	玉ねぎ 人参 えのき ねぎ ごぼう 小松菜	お米	魚や 緑黄色野菜
31水			魚の味噌煮 切干大根の煮物 かき卵汁	鉄分たっぷりご飯	魚 さつま揚げ 卵 豆腐	切干大根 人参 ねぎ ほうれん草 えのき	お米	肉や 種実類

6月の予定

- 2日(金)：虫歯予防集会
 - 9日(金)：園庭用靴持ち帰り
 - 10日(土)：保護者研修会
 - 12日(月)～16日(金)：懇談会(全クラス)
 - 18日(月)～23日(金)：ろけっと組懇談会
 - 24日(土)：幼児組保育参観
- ※ばす組、ひこうき組、ろけっと組が対象です。

献立表の は『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

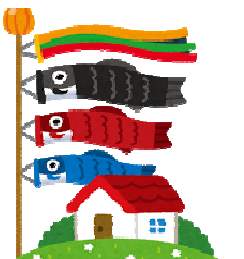
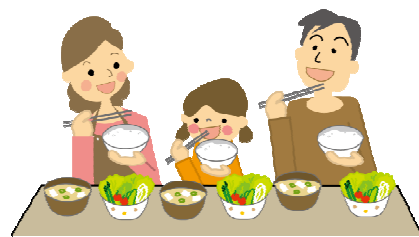
9日：「ひみつのカレーライス」
チキンカレー

30日：「うどんのうーやん」
きつねうどん

給食室より

『食べる意欲をはぐくむために』

子どもの食べる意欲をはぐくむには、食べ物のおいしさや、食べる喜びを感じる時間を共有することが大切です。家族と一緒にご飯を食べるときに、「みんなで食べるとおいしいね!」といった声かけをすることも、楽しい雰囲気を作る大事なポイントになります。



柏餅
柏の木は春に新芽が出ないと古い葉が落ちないことから、子孫繁栄の願いが込められています。

ちまき
中国の故事に由来し、忠誠心のある立派な子に育つことを願って食べられるようになりました。



端午の節句に ちなんだお菓子

