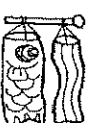




2024年 5月 献立表

日東保育園



献立	材			料 名 (◎9時おやつ、○3時おやつ)			9時おやつ	3時おやつ
	献立になるもの	血や肉や骨になるもの	体の脂を蓄えるもの	その他	9時おやつ	3時おやつ		
01 水	御飯、ヨーヨー豆腐、春雨入り中華スープ	米、小麦粉、卵、赤みそ、パセリ、牛乳	大豆豆腐、卵、赤みそ、パセリ、牛乳	その他	牛乳 (乳児)、とうもろこしでつくったパン (乳児)	畑のクワックー、とうもろこし、ほうじ茶		
02 木	みそ煮込み風うどん、ちくわの揚げ揚子 (幼児)、野菜とわかめのふわ豆腐 (乳児)、型抜きチーズ (幼児)、スライツチーズ (乳児)	うどん、米、油、わかめ、ちくわ、揚げ揚子、豆腐、わかめ	鶏肉、スライツチーズ、卵、みそ、揚げ揚子、ちくわ、豆腐、わかめ	牛乳、小麦粉、卵、赤みそ、パセリ、牛乳	牛乳 (乳児)、とうもろこしでつくったパン (乳児)	若菜おにぎり、ほうじ茶		
07 火	鶏をほろちらし巻、苦竹汁、ヤクルト (幼児)、ソフトミルク (乳児)	米、小麦粉、卵、わかめ、鶏肉、苦竹汁、ヤクルト	鶏肉、小麦粉、卵、わかめ、鶏肉、苦竹汁、ヤクルト	牛乳、小麦粉、卵、わかめ、鶏肉、苦竹汁、ヤクルト	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、わかめ、鶏肉、苦竹汁、ヤクルト	餅豆、鶏のほり型ゼリー (乳児)		
08 水	親子遠足							
09 木	御飯、サーモンソテー、ヤカロニサラダ、きのこのスープ	米、サーモン、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、小麦粉、卵、牛乳	米、サーモン、玉ねぎ、人参、ジャガイモ、小麦粉、卵、牛乳	牛乳、小麦粉、卵、サーモン、玉ねぎ、人参、ジャガイモ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、サーモン、玉ねぎ、人参、ジャガイモ	にんじんケーキ、牛乳		
10 金	だけのこの和風スパゲティ、新玉ねぎのコンソメスープ、型抜きチーズ (幼児)、スライツチーズ (乳児)	スパゲティ、小麦粉、卵、新玉ねぎ、コンソメ、型抜きチーズ	スパゲティ、小麦粉、卵、新玉ねぎ、コンソメ、型抜きチーズ	牛乳、小麦粉、卵、新玉ねぎ、コンソメ、型抜きチーズ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、新玉ねぎ、コンソメ、型抜きチーズ	カルピスゼリー、ほうじ茶		
11 土	ウインナーロールパン、くだものゼリー、牛乳	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	牛乳、小麦粉、卵、くだものゼリー	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、くだものゼリー			
13 月	親子丼 (高野豆腐入り)、みそ汁、バナナ	米、鶏肉、高野豆腐、みそ汁、バナナ	米、鶏肉、高野豆腐、みそ汁、バナナ	牛乳、小麦粉、卵、鶏肉、高野豆腐、みそ汁、バナナ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、鶏肉、高野豆腐、みそ汁、バナナ	ウインナーロールパン、牛乳		
14 火	薄切りの食パン、菜の花コロッケ、香キヤベツとツナのサラダ、わかめスープ	食パン、菜の花、コロッケ、香キヤベツ、ツナ、わかめ	食パン、菜の花、コロッケ、香キヤベツ、ツナ、わかめ	牛乳、小麦粉、卵、食パン、菜の花、コロッケ、香キヤベツ、ツナ、わかめ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、食パン、菜の花、コロッケ、香キヤベツ、ツナ、わかめ	チーズとおかかのおにぎり、ほうじ茶		
15 水	御飯、あじの塩焼き、いんげんのごま和え、呉汁	米、あじ、いんげん、ごま和え、呉汁	米、あじ、いんげん、ごま和え、呉汁	牛乳、小麦粉、卵、あじ、いんげん、ごま和え、呉汁	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、あじ、いんげん、ごま和え、呉汁	お菓子、紫いもチャップス、牛乳		
16 木	カレーライス、ひじきのサラダ、ミニヨーグルト	米、カレー粉、ひじき、サラダ、ミニヨーグルト	米、カレー粉、ひじき、サラダ、ミニヨーグルト	牛乳、小麦粉、卵、カレー粉、ひじき、サラダ、ミニヨーグルト	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、カレー粉、ひじき、サラダ、ミニヨーグルト	カレーライス、ほうじ茶		
17 金	わかめ御飯、鶏ひき肉の五目卵焼き、みそ汁	米、わかめ、鶏ひき肉、五目卵焼き、みそ汁	米、わかめ、鶏ひき肉、五目卵焼き、みそ汁	牛乳、小麦粉、卵、わかめ、鶏ひき肉、五目卵焼き、みそ汁	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、わかめ、鶏ひき肉、五目卵焼き、みそ汁	畑のスパゲティカレー味、牛乳		
18 土	エッグパンズパン、くだものゼリー、牛乳	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	牛乳、小麦粉、卵、くだものゼリー	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、くだものゼリー			
20 月	だけのこの御飯、ささみとキヤベツの梅和え、みそ汁	米、ささみ、キヤベツ、梅和え、みそ汁	米、ささみ、キヤベツ、梅和え、みそ汁	牛乳、小麦粉、卵、ささみ、キヤベツ、梅和え、みそ汁	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、ささみ、キヤベツ、梅和え、みそ汁	ミニヨーグルト		
21 火	野菜いっぱいラーメン、揚げきょうざ (幼児)、スライツチーズ (乳児)	小麦粉、卵、野菜、揚げきょうざ、スライツチーズ	小麦粉、卵、野菜、揚げきょうざ、スライツチーズ	牛乳、小麦粉、卵、野菜、揚げきょうざ、スライツチーズ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、野菜、揚げきょうざ、スライツチーズ	わかめおにぎり、ほうじ茶		
22 水	御飯、豆腐の和風あんかけ、すまし汁	米、豆腐、和風あんかけ、すまし汁	米、豆腐、和風あんかけ、すまし汁	牛乳、小麦粉、卵、豆腐、和風あんかけ、すまし汁	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、豆腐、和風あんかけ、すまし汁	バナナケーキ、牛乳		
23 木	チキンライス、ハンバーグ、ハイカットポテトトマトソース	米、チキン、ライス、ハンバーグ、ポテト、トマトソース	米、チキン、ライス、ハンバーグ、ポテト、トマトソース	牛乳、小麦粉、卵、チキン、ライス、ハンバーグ、ポテト、トマトソース	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、チキン、ライス、ハンバーグ、ポテト、トマトソース	厚切りのロールケーキ (幼児)、焼き豆腐トーチ (乳児)、ほうじ茶		
24 金	御飯、回鍋肉、大根スープ	米、回鍋肉、大根、スープ	米、回鍋肉、大根、スープ	牛乳、小麦粉、卵、回鍋肉、大根、スープ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、回鍋肉、大根、スープ	ミニヨーグルト、ねじのん牛乳		
25 土	ポテトハンバーグパン、くだものゼリー、牛乳	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	小麦粉、卵、牛乳、くだものゼリー	牛乳、小麦粉、卵、くだものゼリー	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、くだものゼリー			
27 月	御飯 (雑穀入り)、鶏のつくね、ひじきと大豆の炒り煮、みそ汁	米、雑穀、鶏肉、ひじき、大豆、みそ汁	米、雑穀、鶏肉、ひじき、大豆、みそ汁	牛乳、小麦粉、卵、雑穀、鶏肉、ひじき、大豆、みそ汁	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、雑穀、鶏肉、ひじき、大豆、みそ汁	牛乳おもち、ほうじ茶		
28 火	レニソノニルパン、じゃがいものチーズオムレツ、コンソメスープ	小麦粉、卵、じゃがいも、チーズ、オムレツ、コンソメ	小麦粉、卵、じゃがいも、チーズ、オムレツ、コンソメ	牛乳、小麦粉、卵、じゃがいも、チーズ、オムレツ、コンソメ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、じゃがいも、チーズ、オムレツ、コンソメ	厚切りのワイルドハーブ、牛乳		
29 水	ヨーヨー焼きそば、肉団子スープ、型抜きチーズ (幼児)、スライツチーズ (乳児)	小麦粉、卵、焼きそば、肉団子、型抜きチーズ、スライツチーズ	小麦粉、卵、焼きそば、肉団子、型抜きチーズ、スライツチーズ	牛乳、小麦粉、卵、焼きそば、肉団子、型抜きチーズ、スライツチーズ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、焼きそば、肉団子、型抜きチーズ、スライツチーズ	シウガーラスク、牛乳		
30 木	御飯、鶏のフリッター、春雨サラダ、ふんわり卵スープ	米、鶏肉、フリッター、春雨、卵スープ	米、鶏肉、フリッター、春雨、卵スープ	牛乳、小麦粉、卵、鶏肉、フリッター、春雨、卵スープ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、鶏肉、フリッター、春雨、卵スープ	コンソメミルクかけ、ほうじ茶		
31 金	ハヤシライス、キヤベツとゆで卵の卵サラダ	米、ジャガイモ、キヤベツ、ゆで卵、卵サラダ	米、ジャガイモ、キヤベツ、ゆで卵、卵サラダ	牛乳、小麦粉、卵、ジャガイモ、キヤベツ、ゆで卵、卵サラダ	牛乳 (乳児)、小麦粉、卵、ジャガイモ、キヤベツ、ゆで卵、卵サラダ	フルーツヨーグルト、ほうじ茶		

端午の節句

5月5日「端午の節句」は、「こどもの日」としても知られており、子どもたちみんなが元気に暮ら、大きく育つことをお祝いする日です。もともと5月5日は「端午の節句」で男の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いする日でした。1943年に、5月5日を「子どもの人格を重んじ、子どもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」祝日と決められてから、端午の節句の日が、「こどもの日」にもなつたそうです。こどものお祝いだけでなく「お母さんに感謝をする」という意味もあつたのです。保育園では、7日 (火) のおやつにかしわ餅(幼児)、こいのぼり型ゼリー(乳児)(父母の会より)をいただきます。

春野菜採集活動が豊か

保育園の給食も春の野菜を頂きます。香キヤベツや新玉ねぎなど、春に収穫する野菜はみずみずしくやわらかいので、サラダなど生食にも適しています。だけのこや山菜など新芽を食べるものも多いです。春が旬の野菜は、これから成長するための栄養を凝縮しているため、栄養価がとても高いです。春野菜の「ワ」をたくさんいただきました。

※都合により献立を変更することがあります。