



5月 給食だより

H30年度

相浦保育園

日	曜日	献立名			献立材料名		
		10時おやつ	昼食	15時おやつ	血や肉をつくる	力となるよ	からだの調子をよくなる
1	火	きな粉ミルク せんべい	春野菜のクリーム煮 彩りサラダ チーズキャッチ りんご	ホットミルク 練乳パン	鶏肉 牛乳 えび チーズ スキムミルク	米 ジャガ芋 片栗粉	人参 グリーンピース 玉ねぎ しめじ キャベツ ピーマン トマト アスパラガス きゅうり
2	水	幼児牛乳	行事食(お弁当) 卵焼き ウインナー トマト 照り焼きチキン ブロッコリー ヤクルト	お茶 かしわ餅	卵 ウインナー スキムミルク	米 食パン	トマト ブロッコリー
7	月	牛乳 クッキー	親子丼 ポークビーンズ レタス パイン缶	フルーツ白玉	鶏肉 卵 ウインナー 大豆	米	玉ねぎ 干しいたけ 人参 トマト缶 レタス パイン缶
8	火	りんごジュース	野菜入りすり身焼き 油揚げのみそ汁 春雨サラダ メロン	コーヒー牛乳 野菜チップ	すり身 油揚げ かにかま スキムミルク	米 はるさめ	玉ねぎ 人参 ごぼう ねぎ きくらげ コーン きゅうり メロン
9	水	ミルクココア	わかめうどん ジャガチーズ トマト グレープフルーツ	牛乳 コロコロドーナツ	かまぼこ ハム チーズ 牛乳 卵 スキムミルク	米(パン) うどん ジャガ芋	玉ねぎ 干しいたけ わかめ トマト
10	木	ヤクルト	誕生会 サンドイッチ ミートボール スパゲティナポリタン 牛乳 ミニゼリー	ミルクティー ロールケーキ	卵 ツナ ハム チーズ ひき肉 ベーコン 牛乳	パン マカロニ	レタス 玉葱 マッシュルーム ピーマン トマト パナナ もも パイン みかん さんらんぼ
11	金	ホットミルク 昆布	ハヤシライス ツナサラダ 蒸しシュウマイ レタス	牛乳 ココナッツサブレ	牛肉 ツナ 豚肉	米 しゅうまいの皮	玉ねぎ マッシュルーム トマト キャベツ ピーマン きゅうり コーン レタス
12	土	保育参観					
14	月	牛乳 ビスケット	鮭の塩焼き 豆腐のお吸い物 ひじき煮 プチトマト	牛乳 パウンドケーキ	鮭 豆腐 まる天 スキムミルク	こんにゃく 米	わかめ えのき 玉ねぎ ねぎ ひじき えんどう 人参 トマト パナナ
15	火	野菜ジュース	肉じゃが ほうれん草のゴマ和え ソーセージ のり納豆 オレンジ	ミルクココア えびせん	牛肉 ちくわ 納豆 卵 魚肉ソーセージ 牛乳	したらき ジャガ芋 薄力粉 バター 米	玉ねぎ 人参 さやいんげん ほうれん草 きゅうり のり オレンジ
16	水	りんご	鶏の唐揚げ パンプキンスープ ドレッシングサラダ	お茶 みたらし団子	鶏肉 生クリーム ハム チーズ 牛乳	団子の粉 米(パン)	玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり りんご
17	木	牛乳 ソーセージ	ワカメ入り卵焼き しめじのみそ汁 人参とジャコの炒め物 サラダ菜 パイン缶	アイスマルク クッキー 昆布	卵 かにかま 油揚げ しらす スキムミルク	米	わかめ しめじ 玉ねぎ ねぎ 人参 サラダ菜 パイン 昆布
18	金	ミルクココア	白身魚のフライ 中華風スープ 豆腐サラダ トマト	お茶 お好み焼き	白身魚 卵 豆腐 焼豚 チーズ ベーコン	薄力粉 やま芋 米	もやし 玉葱 筍 トマト きくら げ しいたけ 人参 きゅうり わかめ ピーマン キャベツ
19	土	牛乳	きのこベーコンのスパゲティ カリコリサラダ みかん缶	ココア豆乳 かりんとう	ベーコン チーズ ハム 豆乳	スパゲティ 米(パン)	玉ねぎ しめじ 人参 山菜 の り きゅうり 大根 みかん
21	月	ヤクルト	麻婆豆腐 シーフードサラダ かぼちゃの煮物	牛乳 アーモンドトースト	豚肉 豆腐 いか えび ちくわ 牛乳	食パン 米	玉ねぎ たけのこ しいたけ 人参 わかめ きゅうり かぼちゃ
22	火	牛乳 パン	いわしの蒲焼 ワカメ入りかき玉汁 五目豆 チーズキャッチ	牛乳 焼き芋	いわし(白身魚) 卵 大豆 鶏肉 チーズ 牛乳	こんにゃく さつまいも 米	わかめ 玉ねぎ えのき ごぼう レンコン 人参
23	水	お茶 クッキー	鶏肉の煮物 パンプキンサラダ レタス コンソメスープ ふりかけ ぶどうジュース	コーヒー牛乳 せんべい	鶏肉 ハム ベーコン スキムミルク	ジャガ芋 米(パン)	玉ねぎ きゅうり かぼちゃ 人参 レタス ぶどうジュース
24	木	アイスマルク ポーロ	八宝菜 塩っぺ漬け 梅納豆 りんご	牛乳 パン(ボルガ)	豚肉 うずら卵 えび いか 納豆 牛乳	強力粉 薄力粉 米	きくらげ 筍 干しいたけ 白菜 人参 玉ねぎ 大根 キャベツ 塩昆布 梅 りんご
25	金	お茶 せんべい	カレーライス スパゲティサラダ ソーセージ パナナ	ホットミルク まるぼうろ	豚肉 ハム 魚肉ソーセージ スキムミルク	米 ジャガ芋 パスタ	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ ピーマン パナナ
26	土	牛乳	焼きビーフン 卵サラダ 黄桃缶	りんごジュース サブレ	豚肉 ちくわ 卵 ハム	ビーフン 米(パン)	玉ねぎ 人参 ピーマン きくらげ 干しいたけ 筍 きゅうり もも りんごジュース
28	月	バナナ	ささみフライ 卵スープ キャベツのゆかり和え	お茶 きな粉マカロニ	ささみ 卵 きな粉	米 マカロニ	人参 玉ねぎ みつば キャベツ きゅうり ゆかり
29	火	ホットミルク サブレ	ちくわの煮物 そうめん汁 きゅうりとイカの酢の物 ミニゼリー	牛乳 ホットドッグ	ちくわ いか 牛乳 ウインナー	そうめん はるさめ 米 パン	人参 玉ねぎ 干しいたけ わかめ きゅうり レタス
30	水	オレンジジュース	肉団子のスープ 切り干し大根のナムル パイン缶	ミルクココア えびせん	豚肉 卵 かにかま スキムミルク	米(パン)	玉ねぎ 人参 筍 しいたけ しめじ チンゲン菜 パイン 切干し大根
31	木	ヤクルト	ししゃもフライ 麩とえのきのみそ汁 ごぼうサラダ サラダ菜 りんご	フルーツ寒天	ししゃも(白身魚) ハム	米 麩	わかめ えのき ごぼう きゅうり 人参 サラダ菜 りんご もも パイン みかん



10日は誕生会の為、ご飯はいりません。

登園では食べる事の大切さを知り食に興味を持つこと、食事のマナーを身に付け良く噛んで食べることを食育の全体目標としています。給食をはじめ様々な活動を計画し実施していけたらと思っています。しかし、食育の基本は家庭にあります。家族でたくさんコミュニケーションをとり、食の楽しさ、正しいマナーを伝えてあげて下さい。また、子どもの気になる点、分からない事などがあれば担任(園)に相談して下さい。家庭と園が協力し子ども達の『食を営む力』を育てていけたらと思います。

