

平成30年度 5月 こんだてひょう

年間目標：食事のマナーを身につけて楽しく食事をしよう。  
5月の目標：早寝早起きをして朝ごはんを食べてくる

|     | 月  | 火   | 水   | 木   | 金  |
|-----|--|---|---|---|--|
| 献立  | 5月は連休があります。<br>体調を崩さないように<br>元気に登園して下さいね。                  | 1 野菜炒め<br>竹輪煮<br>わかめスープ・フルーツ                            | 2 こいのぼりパン・鶏の唐揚げ<br>ミニトマト・フライドポテト・ブロッコリー<br>コンソメスープ・フルーツ                 | 3 <br>憲法記念日  | 4 <br>みどりの日           |
| 材料  |  | 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン<br>人参、もやし、黒竹輪、ニラ、豆腐<br>わかめ、ねぎ          | ロールパン、ハム、胡瓜、チーズ、竹輪、鶏肉<br>レーズン、じゃが芋、ミニトマト、ブロッコリー<br>人参、ベーコン、玉ねぎ、キャベツ、パセリ |   |  |
| おやつ |  | クラッカーサンド・牛乳   | かしわ餅・カルピス   |   |  |
| 献立  | 7 牛肉の炒め煮<br>ゆかり和え<br>若竹そうめん汁・フルーツ                          | 8 擬製豆腐<br>ごま和え<br>みそ汁・フルーツ                              | 9 栄養金平<br>甘酢和え<br>すまし汁・フルーツ   | 10 スパゲティミートソース<br>野菜スープ<br>フルーツ   | 11 魚のフライ<br>添え野菜<br>みそ汁・フルーツ   |
| 材料  | 牛肉、ごぼう、人参、ピーマン、ねぎ<br>糸こんにゃく、キャベツ、胡瓜、筍<br>そうめん、玉ねぎ、はんぺん、わかめ | 鶏ひき肉、卵、豆腐、人参、干し椎茸<br>ひじき、グリーンピース、キャベツ<br>玉ねぎ、しめじ、わかめ、ねぎ | 鶏肉、大豆、人参、ごぼう、じゃが芋<br>こんにゃく、三度豆、キャベツ<br>みかん缶、玉ねぎ、豆腐、ねぎ、麩                 | 合いびき肉、玉ねぎ、人参、トマト<br>スパゲティ、じゃが芋、卵、パセリ  | 魚の切り身、キャベツ、人参、玉ねぎ<br>スナップえんどう、ミニトマト<br>じゃが芋、えのき、油揚げ、ねぎ   |
| おやつ | 抹茶ミルク餅・牛乳  | たけのこマフィン・牛乳   | かぶとパン・牛乳  | わかめご飯のおにぎり・お茶   | クッキー・牛乳  |
| 献立  | 14 筑前煮<br>おかか和え<br>みそ汁・フルーツ                                | 15 親子丼<br>春雨の酢の物<br>みそ汁・フルーツ                            | 16 煮魚<br>金時煮豆・枝豆<br>具だくさん汁・フルーツ   | 17 <br>親子遠足 | 18 豆腐とエビのケチャップ煮<br>こひき芋<br>中華スープ・フルーツ  |
| 材料  | 鶏肉、人参、ごぼう、干し椎茸、里芋<br>こんにゃく、レンコン、三度豆、ねぎ<br>キャベツ、玉ねぎ、豆腐、油揚げ  | 鶏肉、卵、玉ねぎ、干し椎茸<br>かまぼこ、ねぎ、春雨、人参、胡瓜<br>キャベツ、わかめ、麩         | 魚の切り身、土生姜、金時豆、枝豆<br>玉ねぎ、人参、えのき、キャベツ<br>じゃが芋、ねぎ                          |   | 豚ひき肉、むきえび、人参、玉ねぎ<br>豆腐、青菜、トマト缶、じゃが芋<br>パセリ、えのき、ねぎ  |
| おやつ | ココア蒸しパン・牛乳   | フルーツヨーグルト・りんごジュース                                       | お好み焼き・牛乳  |   | よもぎ団子・牛乳   |
| 献立  | 21 魚のチーズ焼き<br>スパゲティサラダ<br>コンソメスープ・フルーツ                     | 22 五目煮豆<br>おひたし<br>みそ汁・フルーツ                             | 23 酢豚<br>胡瓜スティック<br>中華スープ・フルーツ  | 24 えんどうごはん<br>和風ハンバーグ・梅肉和え<br>すまし汁・フルーツ   | 25 ポテトグラタン<br>人参と三度豆の甘煮<br>キャベツのスープ・フルーツ   |
| 材料  | 魚の切り身、玉ねぎ、人参、チーズ<br>パセリ、スパゲティ、キャベツ<br>胡瓜、しめじ               | 鶏肉、大豆、人参、こんにゃく、ねぎ<br>レンコン、昆布、青菜、竹輪<br>キャベツ、玉ねぎ、もやし、わかめ  | 豚肉、人参、玉ねぎ、干し椎茸<br>ピーマン、筍、パイン缶、胡瓜<br>キャベツ、じゃが芋、ニラ                        | えんどう豆、鶏ひき肉、豆腐、人参<br>玉ねぎ、キャベツ、コーン缶<br>はんぺん、しめじ、わかめ、ねぎ  | ベーコン、人参、玉ねぎ、しめじ<br>じゃが芋、三度豆、キャベツ<br>干し椎茸、パセリ   |
| おやつ | チョコチップスコーン・牛乳  | フライドポテト・牛乳  | ホットケーキ・牛乳   | プチバナナトースト・牛乳  | 水ようかん・牛乳   |
| 献立  | 28 お好み焼き風卵焼き<br>鶏レバーの生姜煮<br>すまし汁・フルーツ                      | 29 キャベツ畑のミンチカツ<br>ミニトマト・添え野菜<br>コンソメスープ・フルーツ            | 30 魚の照り焼き<br>和風サラダ<br>みそ汁・フルーツ  | 31 カレーうどん<br>酢の物<br>フルーツ  | こどもの日の行事食は<br>「こいのぼりパン」です。<br>おやつにも「かぶとサンド」を入れて<br>みました。スナップえんどうや<br>グリーンアスパラなど<br>旬の野菜を<br>たくさん食べましょう！！ |
| 材料  | 鶏ミンチ、キャベツ、人参、ねぎ<br>卵、鶏レバー、土生姜、玉ねぎ<br>豆腐、わかめ、ねぎ             | 豚ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、人参<br>アスパラガス、コーン、しめじ<br>えのき、パセリ、ミニトマト     | 魚の切り身、キャベツ、人参、胡瓜<br>ハム、わかめ、玉ねぎ、えのき<br>豆腐、ねぎ                             | 豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋<br>ねぎ、うどん、キャベツ、胡瓜<br>ちりめんじゃこ   |  |
| おやつ | ドーナツ・牛乳  | オレンジゼリー・牛乳  | 麩のラスク・牛乳  | カスタードパン・牛乳  |  |

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウイナー・果物を食べます。3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます  
離乳食・除去食など、子供一人一人の対応をしています。8日(火)は、クッキング(たけのこマフィン)をします。  
らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をよろしくお願いします。