

5月 給食だより



認定こども園 愛媛帝京幼稚園

日曜	献立	3色分類			アレルギー	栄養価	15時
		あか (体をつくる・血や肉にな	き (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1 金	竹の子ごはん とり天 春雨の酢の物 フルーツ(いちご)	油揚げ 鶏肉 鶏卵	米 てんぷら粉 サラダ油 はるさめ 三温糖 ごま油	たけのこ にんじん レタス ミニトマト きゅうり いちご	卵 小麦 鶏肉 大豆 ごま	牛乳 オレンジ	牛乳 かしわ餅
2 土	焼きそば おにぎり 中華スープ フルーツ(りんご)	豚肉 鶏卵	中華めん サラダ油 米	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン 緑豆もやし しそ カットわかめ りんご	卵 小麦 りんご 豚肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 黒糖蒸しパン (手作り)
7 木	ごはん ホイコーロー シーフードサラダ フルーツ(バナナ)	豚肉 麦みそ まぐろ水煮 むきえび	米 サラダ油	キャベツ にんじん ピーマン きゅうり バナナ	えび 小麦 バナナ 豚肉 大豆	牛乳 りんご	牛乳 かつぱえびせん
8 金	ごはん 肉じゃが ほうれん草の菜種和え プチゼリー	牛肉 鶏卵	米 じゃがいも しらたき サラダ油 三温糖 いりごま ゼリー	たまねぎ にんじん えだまめ ほうれんそう もやし	卵 オレンジ 牛肉 ゼラチン 大豆 ごま	牛乳 いちご	牛乳 ぼたぼた焼き
9 土	オムライス コンソメスープ 盛り合わせサラダ フルーツ(オレンジ)	鶏肉 鶏卵	米	たまねぎ にんじん トマト ブロッコリー キャベツ だいこん きゅうり オレンジ	卵 オレンジ 鶏肉	牛乳 バナナ	牛乳 メロンパン
11 月	ごはん 味噌汁 魚のフライ 炒り豆腐 フルーツ(いちご)	さわら 麦みそ 豆腐 鶏ミンチ 鶏卵	米 小麦粉 パン粉 サラダ油 三温糖	キャベツ たまねぎ にんじん カットわかめ 生しいたけ えだまめ いちご	卵 小麦 鶏肉 大豆	牛乳 りんご	牛乳 粒々オレンジゼリー (手作り)
12 火	ごはん 八宝菜 ポテトサラダ フルーツ(りんご)	豚肉 するめいか うずら卵水煮 まぐろ水煮	米 ごま油 でん粉 じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ にんじん はくさい チンゲンサイ 生しいたけ きゅうり コーン りんご	卵 いか りんご 鶏肉 豚肉 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 ミレービスケット
13 水	ごはん ハンバーグ パナナ コールスローサラダ	牛ミンチ 豚ミンチ 豆腐 脱脂粉乳 牛乳	パン粉 サラダ油 フレンチドレッシング	たまねぎ にんじん レタス トマト きゅうり キャベツ コーン バナナ	小麦 乳 バナナ 牛肉 豚肉 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 カスタードワッフル
14 木	もち麦ごはん 豚のしょうが焼き 青菜の卵とじ フルーツ(オレンジ)	豚肉 油揚げ 鶏卵	米 もちむぎ サラダ油 いりごま	たまねぎ にんじん しょうが ブロッコリー こまつな オレンジ	卵 オレンジ 豚肉 大豆 ごま	牛乳 りんご	牛乳 フライドポテト
15 金	ごはん チキン南蛮 ひじきと糸こんに煮 フルーツ(りんご)	鶏肉 鶏卵 だいず 油揚げ	米 小麦粉 サラダ油 三温糖 マヨネーズ しらたき	きゅうり たまねぎ トマト ひじき にんじん グリンピース りんご	卵 小麦 りん ご 鶏肉 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 ミルクパン
16 土	ナポリタン おにぎり フルーツサラダ キャンディーチーズ	ウインナーソーセージ チーズ	マカロニ・スパゲッティ 米 マヨネーズ	ピーマン たまねぎ レーズン トマトピューレー しそ きゅうり キャベツ りんご みかん缶	卵 小麦 乳 りんご 豚肉	牛乳 オレンジ	牛乳 クッキー
18 月	ごはん すまし汁 魚のタルタルソース焼き 五目煮 フルーツ(バナナ)	さけ 鶏卵 豆腐	米 マヨネーズ こんにやく 三温糖	たまねぎ きゅうり にんじん はくさい 葉ねぎ だいこん れんこん いんげん バナナ	卵 さけ バナナ 大豆	牛乳 りんご	牛乳 たべっ子どうぶつ
19 火	ごはん 松風焼き きゅうりとカニカマの酢物 プチゼリー	鶏ミンチ 豆腐 赤みそ かに風かまぼこ しらす干し	米 パン粉 いりごま ごま 三温糖 ゼリー	たまねぎ にんじん ひじき レタス ミニトマト きゅうり もやし	かに ごま オレンジ 鶏肉 ゼラチン 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 いちごプリン
20 水	コッペパン 牛乳 ごはん(0.1.2才) クリームシチュー スパゲティオーロラソース フルーツ(オレンジ)	鶏肉 脱脂粉乳 牛乳	コッペパン サラダ油 じゃがいも 小麦粉 無塩バター スパゲッティ マヨネーズ	たまねぎ にんじん オレンジ グリンピース しめじ かぶ ブロッコリー きゅうり キャベツ	卵 小麦 乳 オレンジ 鶏肉	牛乳 いちご	牛乳(0.1.2才) バナナケーキ (手作り)
21 木	ごはん 野菜豆腐のあんかけ きんぴらごぼう フルーツ(りんご)	豆腐 油揚げ	米 でん粉 サラダ油 しらたき ごま油 三温糖 いりごま	にんじん ひじき えだまめ コーン レタス ごぼう りんご	りんご 大豆 ごま	牛乳 オレンジ	牛乳 雪の宿
22 金	ごはん 鶏の照り焼き チンゲン菜と厚揚げの炒め煮 パイン缶	鶏肉	米 三温糖 いりごま	にんじん キャベツ こまつな パイン缶	鶏肉 ごま	牛乳 バナナ	牛乳 アンパンマン せんべい
23 土	鮭そぼろご飯 おにぎり 味噌汁 大根のドレッシングあえ フルーツ(バナナ)	鶏卵 さけ 豆腐 麦みそ かに風かまぼこ	米 三温糖 フレンチドレッシング	しょうが グリンピース しそ たまねぎ にんじん わかめ だいこん きゅうり バナナ	かに 卵 小麦 さけ バナナ 大豆	牛乳 りんご	牛乳 きな粉ホットケーキ (手作り)
25 月	ごはん 揚げギョーザ 旬野菜とわかめスープ 春雨サラダ フルーツ(オレンジ)	油揚げ	米 サラダ油 はるさめ マヨネーズ	生しいたけ にんじん こまつな たまねぎ きゅうり 緑豆もやし オレンジ	卵 オレンジ 大豆	牛乳 バナナ	牛乳 ふかし芋
26 火	もち麦ごはん すきやき風煮 青菜とちりめん炒め フルーツ(りんご)	牛肉 焼き豆腐 ちりめん 竹輪	米 もちむぎ サラダ油 三温糖	だいこん にんじん はくさい 太ねぎ 緑豆もやし チンゲンサイ りんご	りんご 牛肉 大豆	牛乳 オレンジ	牛乳 ヘム鉄ゼリー Caせんべい
27 水	<誕生会> カレーライス 温野菜サラダ フルーツポンチ	豚肉	米 じゃがいも サラダ油 ゼリー 三温糖 乳酸菌飲料	にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース ブロッコリー りんご みかん缶 バナナ さくらんぼ缶	乳 オレンジ バナナ りんご 豚肉 ゼラチン	牛乳 りんご	牛乳 揚げパン
28 木	牛丼 もやしのごま酢和え フルーツ(バナナ)	牛肉 かに風かまぼこ	米 しらたき 三温糖 ごま	にんじん たまねぎ 葉ねぎ 緑豆もやし きゅうり バナナ	かに バナナ 牛肉 大豆 ごま	牛乳 オレンジ	牛乳 ビスコ
29 金	ごはん コンソメスープ 魚のトマトソースかけ ポパイサラダ キャンディーチーズ	たい ベーコン チーズ	米 マヨネーズ	キャベツ たまねぎ ほうれんそう きゅうり にんじん コーン	卵 乳	牛乳 バナナ	牛乳 シュガートースト (手作り)
30 土	ちゃんぽんうどん おにぎり じゃがいものそぼろ煮 フルーツ(いちご)	豚肉 かまぼこ 竹輪 鶏ミンチ	うどん 米 じゃがいも サラダ油 でん粉	キャベツ たまねぎ にんじん 葉ねぎ しそ グリンピース いちご	小麦 鶏肉 豚肉	牛乳 りんご	牛乳 かりんとう

※天候や季節による仕入れの変更で、献立や献立内容が若干変わる場合がありますが、ご了承下さい。

～食育だより～

新学期が始まり、もうすぐ一か月が経ちますが、新しいクラスにはなれましたか？
給食には、初めて食べるものや、苦手なものもあると思いますが、身近な大人や、友達と食べる中で、少しでも食べてみようかという気持ちになり、少しずつ食べられるようになっていくといいですね。

5月5日はこどもの日『端午の節句』です。端午の節句とは、男の子が元気で丈夫に育ってくれる事を願う行事です。鯉のぼりや、かぶなどを飾ったりします。また、無病息災を願い、しょうぶ湯に入る習慣もあります。

