

5月の給食献立予定表 大野保育園

令和7年 4月 30 日

担当 井上さとみ 大田希 澤田茉莉

早いもので新年度が始まり1ヶ月が経ちます。保育園での生活にもすっかり慣れ、おかわりをして食べる子供の姿がみられます。5月は芽吹いた緑がぐんぐん大きくなる季節ですね。保育園では旬の野菜をたっぷりと取り入れ、無農薬野菜・有機野菜を使い栄養バランスを考えたメニューを提供しています。また、子どもたちの月齢に合わせながら食材など大きく切ったり茹ですぎない

<<5月行事予定>>
 <9日(金)><<親子お見知り遠足（手作りお弁当お願いします）※午前9時45分保育園集合 中央公園まで出掛けます<<21日(水)><< 誕生会は完全給食です。3.4.5.歳児は、ご飯はいりません。>>

※誕生日当日はお休みされることも多いので、今年度から年長児さんの誕生日に近い日にリクエストメニューを実施します。

<<5月生まれの年長児さん>>
 <5日(月)>...高木 るかさん
 <9日(金)>...斉田 だんさん

- ・大野保育園では3.4.5歳の以上児さんは株式会社ヤマチクさんのスス姫箸を使用していますので箸はいりません。白ご飯のお弁当のみ持ってきてください。
- ・誕生会の日是完全給食なので3.4.5歳の以上児さんは白ご飯はいりません。
- ・●印は自然食品です。
- ・「菌ちゃんぽんきっこ」ふりかけを使っています。

春を味わおう

○春キャベツ
みずみずしくてやわらかくてビタミンCが豊富。ふわっとして丸みがあるものが美味しいです。
○たけのこ
食物繊維が豊富なので、便秘予防や肥満防止の効果があります。時間がたつとえぐみが増すのであく抜きが必要です。

○新玉ねぎ
肉厚でやわらかく甘みがありみずみずしいのが特徴です。血液をサラサラにしてくれます。
○新じゃが
皮が薄く全体に張りがあるものがオススメです。水分が多く保存がきかないので早めに食べましょう。
○アスパラガス
名前の由来であるアスパラギン酸は血圧を下げ、免疫力を増強し、疲労回復に役立ちます。

日	曜	行事	未満児おやつ	副 食	材 料 名	お や つ	おやつ材料名
1	木		茹でじゃが芋	鶏肉の大葉焼き もやしのゆかり和え 春雨スープ	鶏肉・ニンニク・大葉・砂糖・醤油、もやし・豆苗・ゆかり、玉ねぎ・人参・しめじ・春雨・長ねぎ・すりごま・鶏がらスープ・塩、ミニトマト	クッキー 牛乳	薄力粉・卵・ベーキングパウダー・砂糖・油、牛乳
2	金	高木るかさんリクエストメニュー	ごぼうスティック	焼きシュウマイ きゅうり わかめと豆腐の味噌汁	豚挽き肉・春巻きの皮・玉ねぎ・人参・椎茸・キャベツ・中華あじ、きゅうり・塩、わかめ・豆腐・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけかまぼこ	海苔巻き塩おにぎり お茶	米・塩・海苔、麦茶パック
3	土	憲法記念日			憲法記念日		
4	日	みどりの日			みどりの日		
5	月	こどもの日			こどもの日		
6	火	振替休日			振替休日		
7	水	・身体測定週間 ・検尿配布 ・魚の日	人参スティック	チキンカレー パナナ マカロニサラダ	鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・新じゃが芋・バーモントカレールウ、パナナ、ロースハム・サラダマカロニ・きゅうり・キャベツ・マヨネーズ・塩	こいのぼりクッキー (カミカミ) 牛乳	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・油、牛乳
8	木	・斉田だんさんリクエストメニュー ・検尿回収	大根スティック	鶏肉の胡麻照り焼き きゅうり 豆腐の味噌汁	鶏肉・酒・ニンニク・すりごま・砂糖・醤油、きゅうり・塩、豆腐・いりこ・長ねぎ・味噌・菌ちゃんふりかけ	塩パン 牛乳	強力粉・ドライイースト・砂糖・塩・油、牛乳
9	金	お見知り遠足	↓	親子お見知り遠足 保育園集合 中央公園まで出掛けます(手作り弁当をお願いします)		お菓子袋	たべっ子どうぶつ・とんがりコーン・こつぶっこ・さやえんどう・一口ゼリー
10	土		サッポロポテト	ピラフ たまごスープ	米・玉ねぎ・人参・ピーマン・ツナ缶・コンソメ、たまご・しめじ・チンゲン菜・鶏がらスープ・塩	ホットケーキ お茶	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・油、麦茶パック
11	日						
12	月		バナナ	豚肉と新じゃが芋の味噌煮 ひじきと春キャベツサラダ 豆腐汁	豚肉・玉ねぎ・厚あげ・新じゃが芋・天ぷら・人参・椎茸・砂糖・醤油、かまぼこ・ひじき・春キャベツ・すりごま・酢・砂糖・淡口醤油・塩、豆腐・新玉ねぎ・だしかつお・淡口醤油・塩	わかめおにぎり お茶	米・混ぜ込みわかめ・すりごま、麦茶パック
13	火	礼拝 絵本の日	食パン	チャプチェ ちくわと新じゃがの甘煮 もやしスープ	牛肉・ニンニク・醤油・すりごま・春雨・玉ねぎ・人参・椎茸・ニラ・砂糖・醤油、ちくわ、新じゃが芋・醤油・砂糖、もやし・豆苗・かまぼこ・鶏がらスープ・塩	かぼちゃケーキ 牛乳	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・油・かぼちゃ、牛乳
14	水	魚の日	●さくふわせんべい	白身魚のマリネ風 スイカ 春キャベツの味噌汁	ホキ・酒・塩・片栗粉・揚げ油・新玉ねぎ・人参・ピーマン・酢・油・砂糖・塩、春キャベツ・油あげ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、スイカ	人参ブリッツ(カミカミ) 牛乳	人参・薄力粉・すりごま・油・砂糖、牛乳
15	木		きゅうりスティック	鶏肉のねぎみそ焼き もやし炒め じゃが芋とわかめスープ ミニトマト	鶏肉・酒・味噌・長ねぎ・玉ねぎ、もやし・ほうれん草・人参・コンソメ、じゃが芋・しめじ・わかめ・長ねぎ・鶏がら・塩、ミニトマト	ジャムサンド 牛乳	食パン・イチゴジャム・ブルーベリージャム、牛乳
16	金		さつまいも	肉野菜炒め 一食納豆 わかめ味噌汁	豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・もやし・椎茸・小松菜・ニラ・中華あじ、ひきわり納豆・納豆のタレ、わかめ・油あげ・豆腐・長ねぎ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	豆乳もち お茶	豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉・砂糖、麦茶パック
17	土		にんじんスティック	ピザトースト コンソメスープ	食パン・ウインナー・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・豆乳シュレッド・ケチャップ、人参・じゃが芋・人参・コンソメ	ゆかりおにぎり お茶	米・ゆかり、麦茶パック
18	日						
19	月		リンゴ	肉じゃが わかめ納豆 豆腐と椎茸の味噌汁	豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・しめじ・糸こんにゃく・天ぷら・いんげん・砂糖・醤油・かつおだし、わかめ・ひきわり納豆・納豆のタレ、豆腐・椎茸・長ねぎ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	かしわおにぎり お茶	米・鶏肉・人参・しめじ・あげ・砂糖・醤油、麦茶パック
20	火		人参スティック	麻婆豆腐 オレンジ わかめとごまスープ	豚ひき肉・豆腐・ニンニク・生姜・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ニラ・醤油・中華あじ・赤味噌・ごま油、オレンジ、わかめ・ごま・豆苗・じゃが芋・鶏がらスープ・塩	パン(カミカミ) 牛乳	強力粉・ドライイースト・砂糖・塩・油、牛乳
21	水	誕生会	●おこめせん	ごまゆかりご飯 ハンバーグ スイカ ナポリタン 新じゃが芋の味噌汁	米・すりごま・ゆかり、合挽肉・玉ねぎ・人参・椎茸・塩・お好みソース・砂糖・醤油、ウインナー・スパゲティ麺・人参・しめじ・ピーマン・ケチャップ・砂糖・コンソメ、新じゃが・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、スイカ	誕生ケーキ 牛乳	牛乳、アニヴェルセルのケーキ、アレルギー除去、薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・豆乳生クリーム・りんご
22	木	魚の日	きゅうりスティック	サバの味噌煮 ひじきの煮物 豆腐すまし汁	サバ・生姜・酒・砂糖・味噌、天ぷら・ひじき・糸こんにゃく・人参・いんげん・砂糖・醤油、豆腐・玉ねぎ・ねぎ・わかめ・だしかつお・淡口醤油・塩	チヂミ 牛乳	ニラ・玉ねぎ・人参・薄力粉・片栗粉・鶏がらスープ・酢・醤油、牛乳
23	金	内科検診	ブロッコリー	鶏のガーリックマヨ焼き 春キャベツのごま和え 豆乳汁	鶏肉・ニンニク・マヨネーズ・酒・醤油、春キャベツ・人参・すりごま・砂糖・醤油、無調整豆乳・玉ねぎ・人参・しめじ・じゃが芋・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、ミニトマト	焼きそば お茶	豚肉・焼きそば麺・人参・玉ねぎ・キャベツ・焼きそばソース、麦茶パック
24	土		茹でじゃが芋	肉うどん バナナ	豚肉・うどん麺・玉ねぎ・人参・しめじ・だしかつお・醤油・砂糖・バナナ	ひじきおにぎり お茶	米・鶏こま・ひじき・油あげ・砂糖・醤油、麦茶パック
25	日						
26	月		オレンジ	手羽中の甘酢煮 青菜おかか和え じゃが芋味噌汁	手羽中・鶏肉・ニンニク・生姜・酒・酢・砂糖・醤油・片栗粉、ほうれん草・小松菜・人参・カツオパック・砂糖・醤油、じゃが芋・油揚げ・しめじ・ねぎ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、ミニトマト	あげとごまおにぎり お茶	米・油あげ・すりごま・砂糖・醤油、麦茶パック
27	火	礼拝 絵本の日	●ふわふわチップ にんじん味	豆腐の落とし揚げ ごまキャベツ ふわふわスープ ひじき納豆	豚ひき肉・絞리豆腐・玉ねぎ・ひじき・椎茸・生姜・揚げ油、キャベツ・すりごま・塩、鶏肉・たまご・人参・わかめ・チンゲン菜・鶏がらスープ・塩、ひじき・ひきわり納豆・納豆のタレ	パインケーキ 牛乳	薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・たまご・パイン缶、牛乳
28	水	魚の日	ごぼうスティック	白身魚の生姜焼き きのごサラダ 新玉ねぎ味噌汁	ホキ・酒・生姜・砂糖・醤油、椎茸・エリンギ・しめじ・レタス・すりごま・砂糖・醤油、新玉ねぎ・油あげ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ツナトースト(カミカミ) 牛乳	食パン・ツナ缶・すりごま・マヨネーズ、牛乳
29	木		こふき芋	切干大根の卵焼き ミニトマト かぼちゃ味噌汁	豚挽肉・切干大根・人参・椎茸・卵・醤油、ミニトマト、かぼちゃ・油揚げ・玉ねぎ・ねぎ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	みかんゼリー お茶	みかん缶・寒天パッパ、麦茶パック
30	金	災害訓練	食パン	のっぺい煮 スイカ えのき味噌汁	鶏肉・里芋・人参・ごぼう・れんこん・干し椎茸・大根・こんにゃく・ちくわ・だしかつお・砂糖・醤油・片栗粉、スイカ、えのき・油あげ・ねぎ・だししいりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	ポテトスティック 牛乳	じゃが芋・薄力粉・ベーキングパウダー・マヨネーズ、牛乳
31	土		人参スティック	焼きビーフン バナナ	豚肉・ビーフン麺・玉ねぎ・人参・椎茸・小松菜・鶏がらスープ・塩・ごま油、バナナ	わかめおやき お茶	米・混ぜ込みわかめ・すりごま・片栗粉・油、麦茶パック