

5月の給食献立予定表 大野保育園

令和8年4月30日

担当 井上さとみ 大田希 中平颯

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て食材などを大きく切ったり茹ですぎないようにしているのでしっかり噛む力をつけてほしいと思います。

5月行事予定

- ・8日(金)・・・親子お見知りスポーツフェスタ
- ・21日(木)・・・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、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月生まれのお友達

- ・8日・・・山平なぎさん
- ・11日・・・前川めいささん

・大野保育園では3.4.5歳の以上児さんは株式会社ヤマテ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。
 ・誕生会の日には完全給食なので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。
 ・「菌ちゃんげんきっこ」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 | おやつの材料名 |
|----|---|----------------------|-------------------|--|---|-----------------------|---|
| 1 | 金 | | 人参スティック | 鶏のうま煮 オレンジ わかめの味噌汁 | 鶏肉・厚揚げ・人参・椎茸・大根・ごぼう・じゃが芋・スナップえんどう(畑)・だしかつお・酒・砂糖・醤油、オレンジ、わかめ・玉葱(畑)・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | 型抜きクッキー 牛乳 | 薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・油、牛乳 |
| 2 | 土 | | 塩きゅうり | 焼きビーフン コンソメスープ | 豚肉・玉葱(畑)・人参・椎茸・キャベツ・かまぼこ・ビーフン麺・鶏ガラ・うす口・塩、玉葱・えのき・コンソメ・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 |
| 3 | 日 | 憲法記念日 | | | 憲法記念日 | | |
| 4 | 月 | みどりの日 | | | みどりの日 | | |
| 5 | 火 | こどもの日 | | | こどもの日 | | |
| 6 | 水 | 振替休日 | | | 振替休日 | | |
| 7 | 木 | 山平なぎさん リクエストメニュー | さつまいも | からあげ きゅうり タイピーエン(うずらの卵入) | 鶏肉・生姜・ニンニク・酒・砂糖・醤油・片栗粉・薄力粉・揚げ油、きゅうり・塩、鶏肉・玉葱・人参・しめじ・うずらの卵・春雨・かまぼこ・鶏ガラ・塩 | 青のりラスク 牛乳 | フランスパン・青のり・ノンエッグマヨネーズ・砂糖、牛乳 |
| 8 | 金 | 親子お見知り スポーツフェスタ | | 親子お見知りスポーツフェスタ 場所:園庭 雨天:玉名市総合体育館(桃田) | | お菓子袋 | とんがりコーン・動物ビスケット・こつぶっこ・サッポロポテト・一口ゼリー |
| 9 | 土 | | スナップえんどう(畑) | ひじきの混ぜご飯 豆腐の味噌汁 | 米・鶏肉・ひじき・人参・油あげ・砂糖・醤油、豆腐・玉葱(畑)・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | バナナヨーグルト お茶 | バナナ・豆乳グルト・砂糖、麦茶パック |
| 10 | 日 | | | | | | |
| 11 | 月 | 身体測定週間 鉄骨メニュー | ●ふわふわチップ にんじん味 | 肉野菜炒め 一食納豆 切り干し大根の味噌汁 | 豚肉・玉葱・人参・もやし・キャベツ・椎茸・ニラ・小松菜・天ぷら・すりごま・中華あじ・醤油、ひきわり納豆・納豆のタレ、切り干し大根・しめじ・ねぎ(畑)・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | ツナと塩昆布おにぎり お茶 | 米・ツナ缶・塩昆布、麦茶パック |
| 12 | 火 | 前川めいささん リクエストメニュー | スナップえんどう(畑) | チキンカレー りんご 一食納豆 マカロニサラダ | 鶏肉・玉葱(畑)・人参・しめじ・じゃが芋・カレールウ、ひきわり納豆・納豆のタレ、りんご、マカロニ・キャベツ・ハム・人参・すりごま・ノンエッグマヨネーズ・塩 | ジャムサンド 牛乳 (カミカミの日) | サンド食パン・いちごジャム・りんごジャム、ブルーベリージャム・牛乳 |
| 13 | 水 | 魚の日 | きゅうりスティック | 白身魚のマリネ風 スイカ 小松菜の味噌汁 | ホキ・酒・塩・片栗粉・揚げ油・玉葱(畑)・人参・ピーマン・酢・砂糖・うす口、スイカ、小松菜・しめじ・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、(スナップえんどう(畑)) | 豆乳スコーン 牛乳 | 豆乳・薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・油、牛乳 |
| 14 | 木 | | 大根スティック | 豚肉とじゃが芋の煮物 豆腐とわかめスープ | 豚肉・厚揚げ・玉葱(畑)・人参・椎茸・じゃが芋・スナップえんどう(畑)・だしかつお・酒・砂糖・醤油、豆腐・わかめ・玉葱・かまぼこ・すりごま・ねぎ(畑)・鶏ガラ・塩 | みかんゼリー お茶 | 寒天パパ・みかん缶、麦茶パック |
| 15 | 金 | | 人参スティック | 鶏肉の大葉焼き もやしのゆかり和え ミニトマト 大根の味噌汁 | 鶏肉・ニンニク・大葉・砂糖・醤油、もやし・豆苗・人参・すりごま・ゆかり、ミニトマト、大根・玉葱(畑)・油あげ・いりこ・ねぎ(畑)・味噌・菌ちゃんふりかけ | 芋天 牛乳 | さつまいも・薄力粉・塩・揚げ油、牛乳 |
| 16 | 土 | | おととと | 皿うどん バナナ | 豚肉・玉葱(畑)・人参・しめじ・キャベツ・もやし・かまぼこ・パリパリ麺、バナナ | ごまわかめおにぎり お茶 | 米・混ぜ込みわかめ・すりごま、麦茶パック |
| 17 | 日 | | | | | | |
| 18 | 月 | 鉄骨メニュー | 食パン | ひじき肉団子スープ わかめ納豆 切り干し大根の煮物 | 鶏挽肉・鶏レバー・絞豆腐・ひじき・生姜・玉葱(畑)・人参・椎茸・キャベツ・小松菜・中華あじ・塩、わかめ・ひきわり納豆・納豆タレ、切り干し大根・人参・しめじ・天ぷら・ニラ・糸こんにゃく・砂糖・醤油 | 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 |
| 19 | 火 | | バナナ | ちくわの磯辺揚げ 野菜の塩昆布和え ミニトマト 春雨汁 | ちくわ・薄力粉・青のり・塩・揚げ油、もやし・きゅうり・塩昆布、ミニトマト、鶏肉・春雨・玉葱(畑)・人参・しめじ・キャベツ・かまぼこ・鶏ガラ・塩 | ちんすこう 牛乳 | 薄力粉・砂糖・油、牛乳 |
| 20 | 水 | 魚の日 | 塩じゃが芋 | サバの塩焼き ひじきの煮物 厚揚げの味噌汁 | サバ・ホキ・酒・塩、ひじき・天ぷら・人参・糸こんにゃく・ニラ・砂糖・醤油、厚揚げ・玉葱(畑)・小松菜・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ、(スナップえんどう(畑)) | 焼きそば お茶 | 豚肉・焼きそば麺・玉葱(畑)・人参・もやし・キャベツ・焼きそばソース、麦茶パック |
| 21 | 木 | 誕生会 | ●胚芽スティック | ゆかりご飯 鶏肉の甘酢煮 バナナ キャベツの和え物 わかめの味噌汁 | 米・ゆかり、鶏肉・ニンニク・生姜・酒・酢・砂糖・醤油、片栗粉、バナナ、春キャベツ・人参・スナップえんどう(畑)・かまぼこ・すりごま・ノンエッグマヨネーズ・塩、わかめ・玉葱(畑)・豆腐・油あげ・ねぎ(畑)・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | 誕生ケーキ 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・バナナ、牛乳 |
| 22 | 金 | 内科検診 | きゅうりスティック | ビーフシチュー スパゲティサラダ ミニトマト | 牛肉・玉葱(畑)・人参・じゃが芋・しめじ・トマト・ビーフシチュールウ、スパゲティ麺・ハム・きゅうり・キャベツ・すりごま・ノンエッグマヨネーズ・塩、ミニトマト | 塩パン 牛乳 (カミカミの日) | 強力粉・ドライイースト・砂糖・塩・油、牛乳 |
| 23 | 土 | | こふき芋 | チキンライス きのこスープ | 米・鶏肉・玉葱(畑)・人参・ピーマン・コンソメ・ケチャップ、椎茸・しめじ・えのき・ねぎ(畑)・鶏ガラ・塩 | リッツサンド お茶 | リッツクラッカー・いちごジャム、麦茶パック |
| 24 | 日 | | | | | | |
| 25 | 月 | | ●おからスナック かぼちゃ味 | のっぺい煮 ひじき納豆 豆腐の味噌汁 | 鶏肉・厚揚げ・ごぼう・里芋・人参・大根・椎茸・ちくわ・こんにゃく・だしかつお・酒・砂糖・醤油、片栗粉、ひじき・ひきわり納豆・納豆タレ、豆腐・玉葱(畑)・油あげ・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | 青菜ごまおにぎり お茶 | 米・小松菜・すりごま・塩、麦茶パック |
| 26 | 火 | 歯科検診 鉄骨メニュー | オレンジ | 豆腐の落とし揚げ 小松菜のおかか和え わかめごまスープ | 豚挽肉・絞豆腐・生姜・玉葱(畑)・ひじき・人参・椎茸・揚げ油、小松菜・人参・きゅうり・かまぼこ・かつおパック・砂糖・醤油、わかめ・玉葱(畑)・豆苗・すりごま・鶏ガラ・塩、(スナップえんどう(畑)) | よもぎケーキ 牛乳 | よもぎ粉・薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター、牛乳 |
| 27 | 水 | 魚の日 | 大根スティック | 魚の生姜焼き きのことサラダ ミニトマト 玉葱の味噌汁 | ホキ・生姜・酒・砂糖・醤油、椎茸・エリンギ・しめじ・えのき・レタス・すりごま・砂糖・醤油、ミニトマト、玉葱(畑)・人参・油あげ・ねぎ(畑)・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | お好み焼き お茶 | 豚肉・薄力粉・人参・もやし・キャベツ・山芋・お好みソース・青のり、麦茶パック |
| 28 | 木 | | こふき芋 | 麻婆春雨 スイカ 中華スープ | 豚挽肉・ニンニク・生姜・玉葱(畑)・人参・椎茸・春雨・ピーマン・赤味噌・中華あじ・砂糖・醤油、片栗粉、スイカ、えのき・豆腐・チンゲン菜・すりごま・鶏ガラ・塩 | パン 牛乳 (カミカミの日) | 強力粉・ドライイースト・砂糖・塩・油、牛乳 |
| 29 | 金 | 災害訓練 | 塩きゅうり | 鶏肉のガーリックマヨ焼き ごま塩キャベツ ミニトマト 豆乳汁 | 鶏肉・ニンニク・ノンエッグマヨネーズ・酒・醤油、春キャベツ・人参・すりごま・塩、ミニトマト、豆乳・玉葱(畑)・人参・しめじ・じゃが芋・いりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ | うどんかりんとう 牛乳 | うどん麺(乾)・揚げ油、牛乳 |
| 30 | 土 | | 人参スティック | 肉うどん バナナ | 豚肉・玉葱(畑)・人参・しめじ・うどん麺・だしかつお・砂糖・醤油、バナナ | ゆかりごまおにぎり お茶 | 米・ゆかり・すりごま、麦茶パック |
| 31 | 日 | | | | | | |