

5月の食事だよ!

社会福祉法人 大和善隣館
 幼保連携型認定こども園 月津こども園

R6.5.1

暖かい日が増え、過ごしやすい季節になってきました。新しい環境にも慣れてきて子ども達も元気いっぱい遊んでいます。給食室の大きな窓の前にも「きょうのきゅうしょくはな～に?おやつは?」「おいしかったよー」など元気いっぱいの声で話しかけてくれます!

「食」で季節を感じています



★お花見では桜を見ながらやお部屋で桜の花びらの入ったクッキーを食べました!



★ゆり組さんときく組さんがたけのこの皮むき体験をしました。一枚一枚慎重にはがし「くさーい!」「だいこんみたい!」「かわちくちくするね」など多くの声が聞こえてきました!茹でた後も「いろいろかわったね」「いいにおいになった!」など変化を楽しむことが出来ました。



★たけのこの皮がたくさんあったので量りて量ってみました!たけのこ7Kg皮は2.2Kgでした。他の下の部分も少し切り落とすとなんと半分近くになりみんなで驚きました!



5月のこんだて

日	曜	AM おやつ (未満児)	献立名	PM おやつ	離乳食名
1	水	お茶 ビスケット	マーボー豆腐 シューマイ ほうれん草のナムル ☆	ミルク せんべい	マーボー豆腐 ほうれん草の旨煮 すまし汁
2	木	お茶 せんべい	キャベツのクリーム煮 ちりじゃこサラダ トマト ☆	ミルク クラッカー	キャベツの旨煮 しらすあん 味噌汁
7	火	牛乳 バナナ	じゃが芋のそぼろ煮 ひじきサラダ オレンジ ☆	ミルク クッキー 0.1歳児 せんべい	じゃが芋のそぼろ煮 ひじき煮 味噌汁
8	水	みかんヨーグルト	江戸っ子煮 ごま酢和え トマト ☆	お茶 揚げパン	きゅうりあん トマト煮 すまし汁
9	木	牛乳 ポーロ	タンダーチキン チンゲン菜のスープ ブロッコリーと卵のスープ ☆	お茶 米粉蒸しパン	そぼろ煮 ブロッコリーの旨煮 チンゲン菜のスープ
10	金	牛乳 バナナ	魚フライ マカロニサラダ 豆腐スープ ☆	プリンアラモード	煮魚 野菜あん 豆腐スープ
11	土	お茶 せんべい	チキンライス チーズ	お茶 せんべい	野菜雑炊 じゃが芋の旨煮
13	月	牛乳 オレンジ	カレーライス ドレッシングサラダ トマト ☆	お茶 ひじきトースト	肉じゃが 野菜の旨煮 味噌汁
14	火	バナナヨーグルト	ホイコーロー きゅうりの中華和え コーンかきたまスープ ☆	お茶 フライドポテト	キャベツのそぼろ煮 きゅうりあん すまし汁
15	水	お茶 ビスケット	コーンチャウダー トマトサラダ ポイルウインナー ☆	ミルク クッキー 0.1歳児 せんべい	トマト煮 そぼろ煮 味噌汁
16	木	牛乳 オレンジ	岩石揚げ 豚汁 じゃこときゅうりの梅ドレッシング和え ☆	ミルク クラッカー	しらすあん 野菜の旨煮 味噌汁
17	金	ジョア	甘辛肉団子 スバサラダ わかめスープ ~ゆり組遠足~	ミルク せんべい	そぼろ煮 スティック野菜 わかめスープ
18	土	お茶 せんべい	パン 野菜ジュース	お茶 せんべい	野菜雑炊 さつま芋の甘煮
20	月	牛乳 バナナ	鶏肉のレモン焼き マセドアンサラダ キャベツスープ ☆	ミルク ビスケット	キャベツのそぼろ煮 マッシュポテト すまし汁
21	火	牛乳 ポーロ	ひじき肉じゃが バナナ~ひまわり・きく組~ 切干大根のゴマネーズ和え ~遠足~ ☆	ミルク せんべい	ひじき肉じゃが 野菜の旨煮 すまし汁
22	水	ヨーグルト和え	魚の立田揚げ 和風サラダ 味噌汁 ☆	お茶 カルピスマフィン	魚の野菜あん きゅうりの旨煮 味噌汁
23	木	牛乳 バナナ	豚肉のソースマリネ 粉ふき芋 ココロスープ ☆	フルーツゼリー	そぼろあん マッシュポテト 大根スープ
24	金	ジョア	🇯🇵こども日ランチ🇯🇵	お茶 たいやき	じゃが芋のそぼろ煮 野菜あん すまし汁
25	土	お茶 せんべい	チャーハン コーンスープ	お茶 せんべい	味噌雑炊 かぼちゃの甘煮
27	月	牛乳 オレンジ	揚げギョーザ ひじきナムル 中華スープ ☆	ミルク クラッカー	ひじき煮 スティック野菜 すまし汁
28	火	バナナヨーグルト	魚の南蛮漬け マッシュポテト 味噌汁 ☆	お茶 麩ラスク	魚の野菜あん マッシュポテト 味噌汁
29	水	フルーツポンチ	チキンカツ キャベツサラダ もやしスープ ☆	お茶 チーズマフィン	きゅうりのそぼろあん キャベツの旨煮 味噌汁
30	木	お茶 せんべい	豚肉のしょうが焼き コーンサラダ 味噌汁 ☆	ミルク せんべい	そぼろ煮 スティック野菜 味噌汁
31	金	牛乳 バナナ	鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ かきたまスープ ☆	お茶 焼きおにぎり	さつま芋甘煮 野菜の旨煮 すまし汁

★月津こども園栄養目標量★

年齢	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
1~2歳児	470kcal	11.8~23.5g	10.5~15.7g	1.5未満
3~5歳児	595kcal	14.9~29.8g	13.2~19.8g	1.6未満
5月平均栄養量				
1~2歳児	473kcal	18.0g	14.4g	1.5g
3~5歳児	510kcal	19.6g	15.5g	1.7g

※ 未満児の主食 ごはん・・・☆ 青字は手作りおやつです