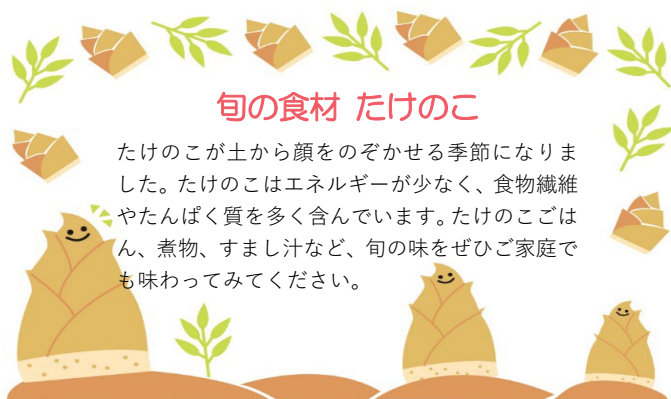


5月の給食だより

にまいばしこども園

日	曜日	昼食	おやつ	加り-	たんぱく質	脂質	塩分
1	木	鱈のケチャップ和え・ひじきサラダ・粉ふき芋・スープ(卵・ピーマン)・バナナ	洋風ぞうすい	407	18.5	12.1	1.9
2	金	こどもの日行事 🇺🇵 かぶと型ハンバーグ・洋風切干・コーン・すまし汁(はんぺん・にら)・オレンジ	クリームソーダ風ゼリー・せんべい	415	19.4	18.3	1.9
3	土	憲法記念日でお休み					
5	月	こどもの日でお休み					
6	火	振替休日でお休み					
7	水	筍と鶏のつくね・胡瓜のコロコロサラダ・トマト・みそ汁(椎茸・油揚げ)・グレープフルーツ	ココアプリン	406	18.6	24.8	1.9
8	木	揚げ鯖オーロラソース・わかめのみぞれ和え・もやし・すまし汁(卵豆腐・万能葱)・パイン	きのこそうめん	401	22.1	23.5	1.9
9	金	豚肉ソースマリネ・春雨サラダ・キャベツ・スープ(しめじ・白菜)・バナナ	大学芋・お茶	435	16.3	17.7	1.9
10	土	手作り弁当・すまし汁(人参・わかめ)・オレンジ	シュークリーム				
12	月	鯖のおろし煮・菜果サラダ・胡瓜・みそ汁(しめじ・もやし)・オレンジ	コーンマヨネーズ・スキムミルク	453	25.0	16.9	1.9
13	火	ぎせい豆腐・利休和え・もやし・みそ汁(キャベツ・油揚げ)・バナナ	ヨーグルトドーナツ・お茶	434	19.1	19.3	1.8
14	水	おにぎりの日 🍣 鮭のコーンフリッター・大豆とわかめのサラダ・粉ふき芋・スープ(白菜・ポークビッツ)・キウイ	焼きそば・お茶	436	23.1	23.5	1.6
15	木	チキンカレー・海藻サラダ・チーズ・スープ(えのき・コーン)・パイン	パウンドケーキ・お茶	431	19.4	26.1	1.8
16	金	サイコロ酢豚風(鱈)・もやしのナムル・キャベツ・すまし汁(板ふ・わかめ)・バナナ	牛乳すいとん	423	18.1	19.9	1.9
17	土	手作り弁当・スープ(キャベツ・人参)・グレープフルーツ	メープルマフィン				
19	月	大豆の落とし揚げ・すき昆布の煮物・ゆかり大根・みそ汁(じゃが芋・玉葱)・グレープフルーツ	いちごジャムサンド・スキムミルク	426	22.8	15.6	1.9
20	火	ポテトグラタン・コールスローサラダ・ブロッコリー・スープ(ピーマン・しめじ)・オレンジ	桜えびもち・お茶	410	13.3	15.8	1.8
21	水	お誕生会 ★ お楽しみメニュー 以上児クラスはお箸だけ持たせてください。	お楽しみ				
22	木	大根のそぼろ煮・五目乾物きんぴら・ミニトマト・みそ汁(舞茸・厚揚げ)・バナナ	豆腐白玉・お茶	396	19.0	21.8	1.1
23	金	鮭のムニエル・じゃが芋と枝豆サラダ・胡瓜・スープ(しめじ・コーン)・グレープフルーツ	ナポリタン・お茶	409	20.0	19.1	1.9
24	土	手作り弁当・すまし汁(わかめ・板ふ)・バナナ	ガトーショコラ				
26	月	五目煮付け・ほうれん草のごま和え・ミニトマト・すまし汁(卵豆腐・にら)・バナナ	卵サンド・スキムミルク	436	26.3	16.4	1.9
27	火	鶏唐マリネ・シルバーサラダ・コーン・スープ(玉葱・マッシュルーム)・グレープフルーツ	カルピスゼリー	402	17.1	19.9	1.9
28	水	春雨とひき肉の炒め煮・酢の物(卵)・ブロッコリー・みそ汁(絹豆腐・なめこ)・キウイ	豚汁うどん	401	19.0	24.6	1.9
29	木	豆腐ボール・わかめとしめじのサラダ・トマト・みそ汁(大根・人参)・パイン	まぜまぜアイス	450	17.2	27.1	1.8
30	金	以上児親子遠足♪《未満児》手作り弁当・すまし汁(わかめ・ねぎ)・バナナ	袋菓子				
31	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ・わかめ)・オレンジ	バームクーヘン				

※仕入れ状況により、献立内容が変更になる場合があります。



旬の食材 たけのこ

たけのこが土から顔をのぞかせる季節になりました。たけのこはエネルギーが少なく、食物繊維やたんぱく質を多く含んでいます。たけのこは、煮物、すまし汁など、旬の味をぜひご家庭でも味わってみてください。

お知らせ

- おにぎりの日…14日(水)
たんぼぼ、もも組は園で準備します。
- お誕生会…21日(水)
- 親子遠足…30日(金)
全園児お弁当の日です。未満児は園ですまし汁と果物を提供します。