



5月の献立



社会福祉法人大和善隣館
幼保連携型認定こども園 松陽こども園 R8.5.1

日	曜	未満児主食とおやつ	昼食	午後間食	離乳食
1	金	ごはん 牛乳 オレンジ	カレー肉じゃが トマト キャベツのごまマヨネーズあえ	ミルク ビスケット	肉じゃが 野菜の旨煮 味噌汁
2	土	お茶 せんべい	チャーハン 肉団子スープ チーズ	お茶 ビスケット	野菜雑炊 マッシュポテト
7	木	ごはん お茶 せんべい	チキンクリームシチュー トマト フレンチサラダ	ミルク せんべい	じゃが芋の旨煮 トマト煮 すまし汁
8	金	ごはん 牛乳 オレンジ	じゃが芋のそぼろ煮 パナナ ほうれん草のツナあえ	牛乳 みかん蒸しパン★	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の旨煮 味噌汁
9	土	お茶 せんべい	パン チーズ りんごジュース	お茶 ビスケット	味噌雑炊 かぼちゃの旨煮
11	月	ごはん ヨーグルト	カレーライス 和風サラダ オレンジ	牛乳 ひじきトースト★	じゃが芋の旨煮 きゅうりあん 味噌汁
12	火	ごはん ジョア	甘辛肉団子 春雨サラダ 大根スープ	牛乳 せんべい	そぼろ煮 野菜の旨煮 大根スープ
13	水	ごはん バナナヨーグルト	鶏肉のオーロラソース オニオンスープ キャベツのツナあえ	お茶 ウイナーマフィン★	キャベツのそぼろ煮 大根の旨煮 野菜スープ
14	木	ごはん お茶 せんべい	ホイコーロー パナナ 中華スープ	ミルクココア ビスケット	そぼろあん 味噌汁 キャベツの旨煮
15	金	ごはん フルーツポンチ	江戸っ子煮 ほうれん草のお浸し トマト	お茶 そぼろおにぎり★	ほうれん草の旨煮 そぼろ煮 すまし汁
16	土	お茶 せんべい	味噌ラーメン チーズ	お茶 ビスケット	野菜雑炊 マッシュポテト
18	月	ごはん 牛乳 パナナ	ハヤシライス ツナサラダ トマト	ミルク せんべい	そぼろ煮 スティック野菜 すまし汁
19	火	ごはん みかんヨーグルト	ローストチキン スパサラダ ココロスープ	ミルクココア ビスケット	大根のそぼろ煮 野菜あん 味噌汁
20	水	ごはん 牛乳 せんべい	魚の塩焼き 納豆あえ 豚汁	お茶 そら豆と じゃが芋の塩ゆで★	煮魚 野菜の旨煮 味噌汁
21	木	ごはん りんごジュース	白味噌ポトフ パナナ ブロッコリーサラダ	ミルク クラッカー	ブロッコリーの旨煮 そぼろ煮 すまし汁
22	金	ごはん 牛乳 オレンジ	チキンカツ ドレッシングサラダ たまごとレタスのスープ	カラフルゼリー★	きゅうりのそぼろ煮 さつま芋の旨煮 味噌汁
23	土	お茶 せんべい	チキンライス コーンスープ	お茶 ビスケット	味噌雑炊 かぼちゃの旨煮
25	月	ごはん 牛乳 パナナ	マーボー豆腐 シューマイ ひじきナムル	牛乳 クラッカーサンド★	マーボー豆腐 ひじき煮 すまし汁
26	火	ごはん 牛乳 オレンジ	魚フライタルタルソース キャベツの塩昆布あえ 豆腐スープ	ミルク せんべい	煮魚 野菜の旨煮 豆腐スープ
27	水	ごはん フルーツポンチ	豚肉と大豆の磯煮 小松菜のお浸し オレンジ	お茶 梅としらすのおにぎり★	小松菜の煮物 そぼろあん 味噌汁
28	木	ごはん ジョア	～お弁当ランチ～ ★メニューはお楽しみ★	お茶 たいやき	そぼろ煮 スティック野菜 すまし汁
29	金	ごはん お茶 ポーロ	タンダリーチキン マカロニサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 ビスケット	きゅうりのそぼろ煮 野菜の旨煮 野菜スープ
30	土	お茶 せんべい	パン チーズ 牛乳	お茶 せんべい	野菜雑炊 マッシュポテト

28日(木)・・・ごちそうの日

★・・・手作りおやつの日

お弁当ランチについて

気温の高い日が多くなり夏の到来も早い予感がします。先月はほし1.2組つき組さんがたけのこの皮をむきました。今月はらいおん組さんがそら豆のさやをむいたり、くま組さんが朝のおやつのおレンジに触れたりする予定です。活動の様子を玄関やキッズビューなどでお知らせしますのでぜひ、見てみてください！

★松陽こども園栄養目標量★

	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
【1～2歳児】	465kcal	18.0～20.0g	12.0～13.0g	1.5未満
【3～5歳児】	575kcal	23.0～25.0g	12.7～19.1g	1.6未満

★5月平均栄養量★

【1～2歳児】	474kcal	16.1g	13.3g	1.3未満
【3～5歳児】	495kcal	17.4g	14.7g	1.5未満



5/28(木)はお弁当ランチです！

3.4.5歳児は自分たちで思い思いにお弁当箱に食材を詰めたり、おにぎりを作ったりして楽しみたいと思います。1.2歳児はお弁当の食材を普段から慣れている食器に盛り付けて楽しみたいと思います。

※お弁当ランチでは自分のお弁当箱を使用します。

洗って乾かした空っぽのお弁当箱を5/28(木)当日持ってきてください。



★お弁当ランチの日はお弁当のおかずとおにぎりになっています。午後のおやつは、こいのぼりにちなんで「たいやき」がです！ぜひご家庭でもお弁当ランチのお話を聞いてみてください！