



5月のメニュー



月(ごはん)	火(ごはん)	水(パン)	木(ごはん)	金(ごはん)	土(ごはん)
 <p>だんだんと保育園での生活にも慣れてきた様子の子どもたち。しかし、慣れない環境での生活の疲れから、突然体調を崩してしまう子もいますので、お子さんの表情や食欲の変化に十分注意しながら体調管理に気をつけてあげてくださいね。</p>					
			1日	2日	3日
			ほうれん草のオムレツ ひじきとキャベツのサラダ ミルクもち	こいのぼりハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ 柏餅風蒸しパン	憲法記念日
			豚ミンチ 卵 ほうれん草 玉葱 人参 ジャがいも フロッキー ハム キャベツ 胡瓜 ひじき	合挽ミンチ 豆腐 卵 玉葱 人参 フロッキー ハム ジャがいも 胡瓜	
5日	6日	7日	8日	9日	10日
こどもの日	振替休日	肉団子のスープ アスパラベーコン炒め トマト蒸しパン	魚の南蛮漬け 切干大根サラダ そら豆とウインナーのケーキ作り	親子遠足	焼きそば もやしのナムル おせんべい
		鶏ミンチ 豆腐 人参 玉葱 キャベツ 春雨 ベーコン アスパラ ジャがいも	赤魚 人参 玉葱 ビーマン ハム 切干大根 胡瓜		豚肉 エビ 蒲鉾 中華麺 玉葱 人参 キャベツ ビーマン ハム もやし 胡瓜
12日	13日	14日	15日	16日	17日
鶏の唐揚げ マカロニサラダ パリパリピザ	回鍋肉 わかめスープ バナナ 芋ようかん	カルシウム卵焼き レバーサラダ チーズサフレ	鶏肉と大豆のトマト煮 胡瓜とちくわの酢の物 マシュマロスナック	鮭の西京焼き 五目納豆 ジャムサンド	わかめうどん 根菜煮 クッキー
鶏肉 トマト ハム マカロニ 胡瓜 人参	豚肉 玉葱 人参 キャベツ パプリカ 厚揚げ しめじ わかめ えのき 葱 バナナ	豚ミンチ 卵 チーズ 玉葱 人参 ビーマン トマト 鶏レバー ジャがいも 胡瓜	鶏肉 大豆 玉葱 人参 ジャがいも しめじ 小松菜 ちくわ 胡瓜 もやし	鮭 トマト 納豆 人参 小松菜 たくあん	鶏肉 わかめ 玉葱 人参 かまぼこ 葱 うどん 麺 厚揚げ 里芋 蓮根 ごぼう
19日	20日	21日	22日	23日	24日
チキンカレー フロッキーサラダ かぼちゃ豆乳ケーキ	魚の竜田揚げ キャベツソテー おまし汁 大豆のカントリークッキー	鶏肉のマーマレード焼き スパゲティサラダ ヨーグルト	高野豆腐のうま煮 新ごぼうのきんぴら 鶏そぼろおにぎり	豚肉とかぼちゃの煮物 海苔チーズ納豆 やせうま	ナポリタンスパゲッティ ツナサラダ ビスケット
鶏肉 ジャがいも 玉葱 人参 ビーマン しめじ ツナ フロッキー コーン	白身魚 フロッキー ウインナー キャベツ 人参 玉葱 ビーマン えのき わかめ	鶏肉 フロッキー ハム スパサラ 胡瓜 人参	鶏肉 高野豆腐 玉葱 人参 いんげん 油揚げ ごぼう 糸こんにゃく	豚肉 かぼちゃ 厚揚げ 玉葱 人参 しめじ 小松菜 海苔 チーズ 納豆	ウインナー 玉葱 人参 ビーマン しめじ スパゲティ ツナ レタス 胡瓜
26日	27日	28日	29日	30日	31日
中華丼 レバー煮 ちんすこう	筑前煮 春雨の酢の物 メーフルポテト	クリームシチュー コールスローサラダ トマトおこわ	カラフル麻婆豆腐 ひじき煮 納豆のお好み焼き	フリの照り焼き ごぼうサラダ マカロニきなこ	ちゃんぽん たけのこの和風サラダ おせんべい
豚肉 エビ 人参 玉葱 キャベツ たけのこ パプリカ しめじ 鶏レバー ニラ 糸こんにゃく	鶏肉 厚揚げ 人参 ごぼう 蓮根 里芋 こんにゃく いんげん ハム 春雨 胡瓜	鶏肉 玉葱 人参 しめじ ジャがいも キャベツ ハム コーン 胡瓜	豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 ビーマン パプリカ ゆでたけのこ ひじき いんげん 油揚げ	フリ フロッキー ハム ごぼう 人参 胡瓜 コーン	豚肉 エビ 玉葱 人参 キャベツ もやし 葱 中華麺 ちいめん たけのこ 胡瓜

★印の日には甘辛いいごが出ます。(3歳以上児さん) カルシウムが摂れ、よく噛む練習になります。