



# 5月の給食だより

## 5月の献立表

曜日/日	未満児おやつ	副食	食	3時のおやつ
月 11	牛乳	春雨の肉団子スープ	春雨の肉団子スープ	りんご
月 25	ぱりんこせんべい	トマトとわかめのごま和え	トマトとわかめのごま和え	ピコラ
火 12	お茶・野菜ポロロ(12日)	豆腐の中巻煮	豆腐の中巻煮 (12. 29日)	ミルク
火 26(祝)	お茶・ロアヌ(26日)	ごぼうサラダ	ごぼうサラダ	フライドポテト
水 13(祭)	お茶	えびの卵とじ	えびの卵とじ	フルーツヨーグルト和え
水 27	棒チーズ	さっぱり甘酢和え	さっぱり甘酢和え	牛乳
木 14	みかん缶	ポークビーンズ	ポークビーンズ	チヨコバナナマフィン
木 28		フロココリーの中巻和え	フロココリーの中巻和え	
金 1	牛乳・ホームパイ	魚のフライゴマソース	魚のフライゴマソース	オレンジ
金 15	(1. 15日)	盛り合わせサラダ	盛り合わせサラダ	ミニドーナツ (1. 15日)
金 29	お茶・野菜ポロロ(29日)	たけのこと油揚げの味噌汁	たけのこと油揚げの味噌汁 (1. 15日)	
土 2		サラダうどん・りんご	サラダうどん・りんご (2. 16日)	
土 16	お茶	日)	日)	牛乳
土 30	アスパラガスビスケット	きつねうどん・りんご	きつねうどん・りんご (30日)	パン
月 18	お茶	紅鯡御飯	紅鯡御飯	牛乳
月 18	キャラメルコーン	五月汁 かみかみサラダ	五月汁 かみかみサラダ	かしわ餅
火 19	牛乳	ホイコーロー	ホイコーロー	バナナ
火 19	ムーンライトクッキー	ほうれん草のナムル	ほうれん草のナムル	星たべよせんべい
水 20(イ)	お茶	パイキングメニュー	パイキングメニュー	ミルク
水 20(イ)	ひよこのサブレー			カリッとえだまめ (19. 29日)
木 7	バナナ	魚の野菜あんかけ	魚の野菜あんかけ	牛乳
木 21		豆腐の味噌汁	豆腐の味噌汁	洋風お好み焼き
金 8	牛乳	挽肉入りカレー	挽肉入りカレー	ミルク
金 22	アンパンマンせんべい	小松菜のサラダ風おひたし	小松菜のサラダ風おひたし	プチコーン
土 9	オレンジゼリー	五目ラーメン	五目ラーメン	牛乳
土 23		りんごジュース	りんごジュース	パン

\*都合により献立を変更する場合があります。

令和8年5月1日  
とほく認定こども園・分園

### お祝いメニュー



毎年恒例のタケノコの下拵え。パイキングの前日に年長組が皮むきに挑戦、中身はなかなか見えます。



初めてパイキングを経験する子ども達も、素敵なメニューを前にワクワクと大喜びでした。



分園の給食室です。設備は本園とほぼ一緒。分園の子ども達においしい給食を調理します。



4歳児の食育。紙芝居で朝ご飯の大切さを話し、内容が違うのかを考え、箸の持ち方も体験してみました。



5歳児の食育。紙芝居で3つの色の食べ物のバランスを話し、どんなものがあるのかを手遊び歌で学びました。

### お誕生会のメニュー

5月26日(火)  
新ごぼうの炊き込みご飯  
ワインナソテー  
ポテトサラダ  
もずくのすまし汁  
プリンアラモード  
未満児：378kcal  
以上児：473kcal

### パイキングのメニュー

5月20日(水)  
食パン  
こいのぼりハンバーグ  
エッグサラダ  
そら豆のスープ  
未満児：382kcal  
以上児：479kcal

### お弁当の日



5月13日(水)

\*新緑が美しい季節です\*

新年度が始まって1ヶ月が過ぎ、子どもたちは新しい環境にも慣れてきました。疲れがやすい時期でもあるので、ゆったりとした雰囲気の中で、心穏やかに楽しく食事ができるようにしていきたいでしょう。



旬の食材 ☆にんじん☆

春にんじんは皮が薄く色が鮮やかで、甘み強いのが特長です。β-カロテンがとても多く、体内でビタミンAに変化して、皮膚や粘膜、目の健康を保ち、免疫力も高めてくれます。