

5月 行事予定 献立



2023年(令和5年)5月1日
社会福祉法人 虹福社会
瀬戸こども園
土橋・松井・岡本
廣川・小林



4~7月の目標
新しい環境に慣れ、楽しく食事をする

2023年 5月

日	曜	行事予定	給食献立			主な食材			おやつ		
			主菜	副菜	果物	からだを作るもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)	骨や力のエネルギーになるもの(黄)	午前	午後	
1	月	ひまわりっこ	肉じゃが	大根ときゅうりの和風サラダ	キャベツのツナ炒め	パイナップル	豚肉 ツナ	人参・玉ねぎ・こんにゃく・大根・きゅうり わかめ・キャベツ・パイナップル	米 じゃが芋	牛乳 おふラスク	ミルク ごまクッキー
2	火		ベーコンオムレツ	アスパラガスのごま風味	かぼちゃの甘煮	オレンジ	卵 ベーコン	玉ねぎ・ピーマン・人参・グリーンアスパラガス かぼちゃ・オレンジ	米 白ごま	牛乳 さつま芋のバター焼き	お茶 コーンピラフ
3	水	憲法記念日									
4	木	みどりの日									
5	金	こどもの日									
6	土	園庭開放 10:00~11:00	豚肉の甘辛煮	野菜サラダ	粉ふき芋	バナナ	豚肉 コーン・バナナ	玉ねぎ・しめじ・人参・キャベツ・きゅうり コーン・バナナ	米・マヨネーズ 白ごま・じゃが芋	牛乳 マカロニのみたらし風	牛乳 ジャムケーキ
7	日										
8	月	ひまわりっこ	チキンカツ	マカロニサラダ	糸切昆布の煮付	バナナ	鶏肉・卵 さつま揚げ	人参・キャベツ・きゅうり・コーン・昆布 バナナ	米・マカロニ マヨネーズ	牛乳 シュガートースト	ミルク ココアボール
9	火	参観・懇談(5歳児)	魚の味噌焼き	切干大根の酢の物	じゃが芋のきんぴら	オレンジ	さば	切干大根・人参・きゅうり・赤ピーマン 玉ねぎ・オレンジ	米・じゃが芋 白ごま	牛乳 クッキー	ミルク レモンケーキ
10	水	ひまわりっこ 内科健診 13:30	酢豚	ブロッコリーの浸し	にらもやし	パイナップル	豚肉	人参・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ・もやし ブロッコリー・にら・パイナップル	米	牛乳 ヨーグルト和え	お茶 中華風おこわ
11	木	絵本貸出し開始	高野豆腐の卵とじ	中華和え	チーズポテト	バナナ	鶏肉・高野豆腐 卵・チーズ	人参・玉ねぎ・しいたけ・きゅうり・もやし ほうれん草・バナナ	米 じゃが芋	牛乳 きな粉ケーキ	ミルク ショートブレッドクッキー
12	金	ひまわりっこ	魚の磯辺揚げ	ごぼうサラダ	パプリカ三色ソテー	パイナップル	めんたい ベーコン	ごぼう・人参・きゅうり・ピーマン・玉ねぎ 黄ピーマン・赤ピーマン・パイナップル	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 なんきんボール	ミルク オレンジババロア
13	土	園庭開放 10:00~11:00	豚肉とじゃが芋の カレー煮	スティックきゅうり	れんこんのおかか煮	オレンジ	豚肉 かつお節	人参・玉ねぎ・しめじ・きゅうり・れんこん オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 カナッペ	牛乳 パン
14	日										
15	月	ひまわりっこ 絵画指導(5歳児) 10:00	魚のから揚げ	ごま酢和え	じゃが芋の煮物	バナナ	さけ 油揚げ	人参・キャベツ・もやし・きゅうり・いんげん バナナ	米・白ごま じゃが芋	牛乳 チーズぎょうざ	ミルク えいようかん・マドレーヌ
16	火	誕生会	和風ハンバーグ	かぼちゃサラダ	茹スナップエンドウ	パイナップル	鶏肉・チーズ 木綿豆腐・卵	菜ねぎ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・きゅうり スナップエンドウ・パイナップル	米 マヨネーズ	牛乳 大学芋	ココア 誕生会ケーキ
17	水	太鼓指導(4・5歳児)	しらすと アスパラガスのパスタ	チンゲン菜のナムル	フライドおさつ	オレンジ	しらす干し ベーコン	トマト・グリーンアスパラガス・チンゲン菜 人参・もやし・オレンジ	スパゲティ さつま芋	牛乳 中華風クッキー	お茶 フルーツヨーグルト
18	木	観劇(5歳児) 13:00	鶏肉のねぎソースかけ	塩もみきゅうり	ケチャップ炒め	パイナップル	鶏肉 えび	菜ねぎ・きゅうり・人参・玉ねぎ・ピーマン しめじ・パイナップル	米・マカロニ 白ごま	牛乳 マヨネーズトースト	ミルク じゃが芋もち
19	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	煮魚	短冊サラダ	ジャーマンポテト	オレンジ	さば ベーコン	人参・大根・きゅうり・わかめ・黄ピーマン 玉ねぎ・オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 乳酸菌寒天	ミルク バタークッキー
20	土	園庭開放 10:00~11:00	焼き豆腐の含め煮	ブロッコリーの マヨネーズかけ	かえりの佃煮	バナナ	豚肉・焼き豆腐 かえりいりこ	人参・玉ねぎ・ブロッコリー・干しいたけ もやし・バナナ	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 パイナップルケーキ	牛乳 フライドポテト
21	日										
22	月	ひまわりっこ 縦割り保育(3~5歳児)	魚の竜田揚げ	コロコロサラダ	チンゲン菜の炒め物	オレンジ	めんたい	きゅうり・コーン・チンゲン菜・赤ピーマン 人参・オレンジ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 ジャムクッキー	ミルク ココアパン
23	火	ひまわりっこ	豆腐とキャベツの 煮物	冷拌三糸	かぼちゃのオイル焼き	パイナップル	豚肉・ハム 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・しめじ・きゅうり かぼちゃ・パイナップル	米 春雨	牛乳 ぶどうゼリー	ミルク ソフトクッキー
24	水	ひまわりっこ	卵の野山焼き	ブロッコリーの和え物	マッシュポテト	バナナ	卵 ツナ	人参・玉ねぎ・干しいたけ・ピーマン ブロッコリー・コーン・バナナ	米 じゃが芋	牛乳 人参ケーキ	お茶 肉みそおにぎり
25	木	参観・懇談(4歳児) 口座振替	ブルコギ	大根の即席漬	そら豆の甘煮	パイナップル	牛肉 かつお節	もやし・人参・玉ねぎ・にら・大根・そら豆 パイナップル	米・春雨 白ごま	牛乳 じゃが芋のオープン焼き	お茶 フルーツヨーグルト
26	金	ひまわりっこ 絵画指導(5歳児) 10:00	ムニエル	キャベツの レモン酢和え	アスパラガスの マヨネーズ炒め	オレンジ	さけ ベーコン	キャベツ・わかめ・グリーンアスパラガス 人参・玉ねぎ・オレンジ	米 マヨネーズ	牛乳 野菜スティック	ミルク ホイルクッキー
27	土	園庭開放 10:00~11:00	鶏肉の塩焼き	きゅうりのゆかり和え	きんぴら	バナナ	鶏肉	きゅうり・昆布・ごぼう・人参・玉ねぎ・バナナ	米 白ごま	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 フライドおさつ
28	日										
29	月	ひまわりっこ	豚丼	ナムル	ピーマンとじゃこの 醤油炒り	オレンジ	豚肉 しらす干し	人参・玉ねぎ・ごぼう・菜ねぎ・もやし・ピーマン オレンジ	米 白ごま	牛乳 チーズクッキー	ミルク 食パンオムレツ
30	火	参観・懇談(3歳児)	魚の照り焼き	ポテトサラダ	野菜ソテー	パイナップル	さわら	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ・しめじ パイナップル	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 蒸かぼちゃ	ミルク 野菜ボール
31	水	ひまわりっこ	豆腐のまり揚げ	酢の物	かぼちゃの煮付	バナナ	鶏肉・卵 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・菜ねぎ・キャベツ・きゅうり かぼちゃ・バナナ	米	牛乳 きな粉ラスク	お茶 フルーツヨーグルト



♪りす組の給食の様子を紹介します♪

この日のメニューは魚のかば焼き風でした！
りす組・ぞう組は骨付き魚が提供されています。
みんな上手に骨を取って食べてできていましたよ！(^-^)
※うさぎ組は10月中旬を目処に、子どもたちの様子に応じて
骨付き魚に移行していきます。



新しい保育室、新しい席での給食に、なんだかワクワクそわそわ♪
先生や友達と、毎日楽しく食事していますよ(*^▽^*)♪



☆今月のレシピ紹介☆

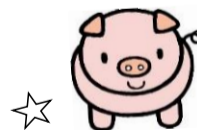
☆豚丼☆

<材料 4人分>

豚ひき肉 200g
玉ねぎ 中1個
人参 1/2本
ごぼう 小1本(50g)
青ねぎ 適量
砂糖 } 大さじ1強
濃口醤油 } A 大さじ1と1/3
みりん } 小さじ1
煮干し } B 10g
水 } 500ml

<作り方>

- ①B(煮干し・水)でだし汁をとっておく。
- ②玉ねぎ・人参は千切り、ごぼうはさがきにする。
- ③青ねぎは小口切りにする。
- ④鍋で豚ひき肉を炒め、②を加えてさらに炒める。
- ⑤④にだし汁を加えて煮る。
- ⑥Aで味付けをし、③を加える。
- ⑦丼にご飯を盛り、⑥をかける。



こども園の豚丼は“豚ひき肉”で作っています。
いりこだしが効いた優しい味付けがご飯ととても合います♪
お肉や野菜の内容を変えてアレンジしても美味しいですよ(^-^)*

6月の予定



日	曜	行事	日	曜	行事
1	木	歯科健診 9:30	15	木	誕生会
6	火	親子交流会・懇談(2歳児)	22	木	太鼓指導(4・5歳児)
8	木	縦割り保育(3~5歳児)	24	土	1年生との交流会(5歳児) 10:00
13	火	親子交流会・懇談(0・1歳児)	26	月	口座振替