

平成28年 5月 給食献立表

【今月の目標】・・・みんなで楽しく食べましょう

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
2	月	ごまご飯	豆腐の落とし焼き キャベツの梅サラダ 南瓜のシチュー	牛乳/スティックパン	牛乳/柏餅/果物
6	金	ご飯	※ 魚の人参衣焼き ひじきの煮物 厚揚げの味噌汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/ポテトチップス/果物
7	土	ご飯	海鮮スパゲティ 卵サラダ アスパラのスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/チーズクッキー/果物
9	月	人参ご飯	ロールキャベツ 和風サラダ クリームシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/梅ヶ枝餅/果物
10	火	ご飯	ウインナーの卵とし 野菜のおかかマヨ和え 五目うどん	牛乳/粉ふき芋	牛乳/もちもちパン/果物
11	水	ひじきご飯	魚の南蛮風 野菜のごま和え わかめの味噌汁	牛乳/みたらし団子	ヤクルト/芋まんじゅう/果物
12	木	ご飯	大豆入りコロッケ 切り干し大根の煮物 かき卵汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ぜんざい/果物
13	金	ご飯	ミートボール ポテトサラダ 大根の味噌汁	牛乳/人参蒸しパン	牛乳/ミックスピザ/果物
14	土	パン	鶏のホワイトソースかけ フレンチサラダ けんちん汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/黒ゴマドーナツ/果物
16	月	梅ごはん	※ 南瓜の重ね揚げ キャベツと大豆のごま和え コーンシチュー	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/コーンパン/果物
17	火	パン	皿うどん 根菜のサラダ 豆腐の五目汁	牛乳/蒸し芋	牛乳/混ぜ込みおにぎり/果物
18	水	ご飯	魚のフライ 春雨の酢の物 南瓜の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/クレープ/果物
19	木	わかめご飯	餃子 野菜の煮物 中華スープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/アメリカンドック/果物
20	金	ご飯	すり身焼き ビーフン炒め すいとん汁	牛乳/ラスク	牛乳/お好み焼き/果物
21	土	ご飯	マカロニグラタン シーチキンサラダ わかめスープ	牛乳/フルーツ蒸しパン	牛乳/人参団子/果物
23	月	麦ごはん	ハムのはさみ揚げ 野菜の和え物 キャベツのシチュー	牛乳/煮りんご	牛乳/どら焼き/果物
24	火	ご飯	がんもどき きゅうりとわかめの酢の物 野菜うどん	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/グリーンピースおにぎり/果物
25	水	誕生会  ピラフ 鯉のぼりハンバーグ スパゲティのサラダ ふわふわスープ		牛乳/菓子	牛乳/チーズケーキ/果物
26	木	ご飯	八宝菜 五目卵焼き 大根の味噌汁	牛乳/じゃがバター	牛乳/フレンチトースト/果物
27	金	ご飯	ささ身のしそフライ 三色和え 角切りスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/バナナマフィン
28	土	パン	スパゲッティナポリタン コールスローサラダ オニオンスープ	牛乳/チーズ卵焼き	牛乳/チヂミ/果物
30	月	ご飯	野菜巻きソテー もやしのナムル コーンポタージュ	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/そうめん汁/果物
31	火	パン	竹輪の磯部揚げ トマトのマリネ ちゃんぽん	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/いなり寿司/果物

※は、新メニューです。



今年度は、旬の野菜を使った料理や季節に応じたお菓子をご紹介します。

～今月のレシピ～

< 柏餅 >

【材料】

上新粉	300g
白玉粉	60g
熱湯	400cc
グラニュー糖	120g
塩	小さじ1/2
加糖あん	450g～500g
柏葉	24枚

【作り方】

- ① あん玉を個数丸めておく。
- ② 上新粉・白玉粉・砂糖・塩をボウルに入れ熱湯を注ぐ。
- ③ 木じゃくしで混ぜ、耳たぶくらいの軟らかさになるまでこねる。
- ④ なめらかになったら、小分けして15～20分蒸す。
- ⑤ 蒸した生地をボウルに入れこねる。
- ⑥ よくこねた生地を水の中に入れ冷やす。
- ⑦ 水を捨て、またこねる。
- ⑧ なめらかになったら、生地を丸くのぼし、あん玉を包む。
- ⑨ ふちをしっかりとつまんで閉じ、柏葉で包む。

5月5日は、子どもの日（端午の節句）です。鯉のぼりをたて、ちまきや柏餅などを食べて祝います。今月は、柏餅のメニューを掲載しています。連休がありますので、会話を楽しみながら、楽しいひと時を過ごして下さいね。