

平成 30 年



5 月 給 食 献 立 表

【今月の目標】・・・しっかりとかんでよく味わいましょう

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)
1	火	パン	海鮮スパゲティ 南瓜サラダ かき卵汁	牛乳/みたらし団子	牛乳/青菜のおにぎり/果物
2	水	ごまご飯	魚の塩麹焼き 肉じゃが 厚揚げの味噌汁	牛乳/人参蒸しパン	ヤクルト/柏餅/果物
7	月	ご飯	豚肉のピカタ ひじきの煮物 コーンシチュー	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/ほうれん草マフィン/果物
8	火	人参ご飯	鶏のから揚げ じゃが芋のキッシュ ちゃんぽん	牛乳/ホットケーキ	牛乳/あんまん/果物
9	水	麦ご飯	魚の人参衣焼き 野菜の納豆和え けんちん汁	牛乳/南瓜グラッセ	ヤクルト/ポテトチップス/果物
10	木	ご飯	ロールキャベツ シーチキンサラダ 南瓜の味噌汁	牛乳/煮りんご	牛乳/フレンチトースト/果物
11	金	ご飯	※タルタル卵コロッケ 春雨の酢の物 豆腐の五目汁	牛乳/トースト	牛乳/野菜ポッキー/果物
12	土	パン	焼きそば ミックスごまめ わかめスープ	牛乳/黄粉団子	牛乳/いなり寿司/果物
14	月	ご飯	ハムのはさみ揚げ きゅうりの酢の物 ポタージュスープ	牛乳/フルーツ蒸しパン	牛乳/サクサククッキー/果物
15	火	パン	皿うどん 豆サラダ 中華スープ	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/グリーンピースおにぎり/果物
16	水	梅ご飯	魚の黄金焼き 野菜のごま和え ポテトスープ	牛乳/チーズトースト	牛乳/クレープ/果物
17	木	ご飯	ミートボール ポテトサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳/フルーツホットケーキ	牛乳/ソーメン汁/果物
18	金	ご飯	餃子 野菜の煮物 卵スープ	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/チーズ蒸しパン/果物
19	土	ご飯	真砂焼 マカロニサラダ 豆乳スープ	牛乳/磯卵焼き	牛乳/みたらし団子/果物
21	月	ご飯	レンコンつくね ミモザサラダ イエローシチュー	牛乳/ラスク	牛乳/バナナマフィン
22	火	ご飯	チキンのバーベキューソース 卵サラダ 野菜ラーメン	牛乳/粉ふき芋	牛乳/もちもちパン/果物
23	水	わかめご飯	魚のチーズ焼き 卵の花 肉団子汁	牛乳/フルーツホットケーキ	牛乳/お好み焼き/果物
24	木	ご飯	おから入りコロッケ トマトのマリネ チンゲン菜の味噌汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/まんじゅう/果物
25	金	ご飯	しそチーズの肉巻き 切り干し大根の煮物 ミネストローネ	牛乳/ごまトースト	牛乳/黒糖蒸しパン/果物
26	土	パン	マカロニグラタン 野菜の土佐和え ポークビーンズ	牛乳/オーロラ卵焼き	牛乳/ホットケーキ/果物
28	月	ご飯	チキン南蛮 キャベツの梅和え クリームシチュー	牛乳/黄粉団子	牛乳/ぜんざい/果物
29	火	パン	パンネのミートソース 野菜のアーモンド和え アスパラのスープ	牛乳/煮りんご	牛乳/中華おこわ/果物
30	水	誕生会 	ピラフ 鯉のぼりハンバーグ 野菜グラッセ スパゲティのサラダ 春キャベツのスープ	牛乳/菓子	牛乳/アップルパイ
31	木	玄米ご飯	豚肉の生姜焼き 根菜のごまマヨサラダ 小松菜の味噌汁	牛乳/ホットケーキ	牛乳/ココアクッキー/果物

※は、新メニューです。

～今月のレシピ～ 柏餅(5個)

【材料】

上新粉	300g
白玉粉	60g
熱湯	400cc
ラニユー糖	120g
塩	小さじ1/2
加糖あん	450g
柏葉	24枚

【作り方】

- ① あん玉を丸めておく。
- ② 上新粉・白玉粉・砂糖・塩をボウルに入れ熱湯を注ぎ混ぜ、耳たぶくらいの軟らかさになるまでこねる。
- ③ なめらかになったら、小分けして15～20分蒸す。
- ④ 蒸した生地をボウルに入れてこねる。
- ⑤ よくこねた生地を水の中に入れ冷やす。
- ⑥ 水捨て、またこねる。
- ⑦ なめらかになったら、生地を丸くのぼしあん玉を包む。
- ⑧ 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！

子どもの日は、鯉のぼりを立てて武者人形を飾りちまきや柏餅を食べます。園でも2日のおやつに柏餅を予定しています。子どもたちの健やかな成長を願いながら心をこめて作りたいと思います。