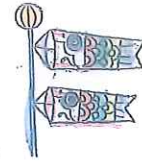




5月のこんだて



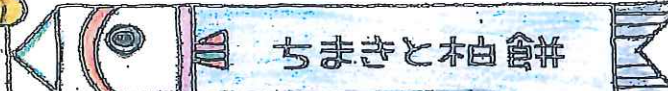
【給食目標】

よくかんで食べましょ

吉井北保育園

平成29年5月1日

日	曜	こんだてめい		おやつ		
				9時(未満児)	3時(共通)	
1	月	ご飯	鶏の甘酢煮・キャベツと大豆の胡麻和え・中華スープ・りんご	ドライポテト	牛乳	柏餅
2	火	ご飯	皿うどん・卵焼き・筍とワカメのスープ...	大豆煮	牛乳	ほうれん草マフィン
6	土	ご飯	肉じゃが・根菜サラダ・豆腐のみそ汁	そうめん汁	牛乳	黒ゴマドーナツ
8	月	ゆかりご飯	レンコンつくね・小松菜の和え物・角切りスープ・オレンジ	蒸しばん	牛乳	煮豆・いりこ
9	火	パン	ひじきスパゲティ・コールスローサラダ・じゃが芋のポタージュスープ	りんご煮	牛乳	ピースのおにぎり
10	水	ごまご飯	すり身パーク・三色和え・豆腐の五目汁・キウイ	ホットケーキ	牛乳	フライドポテト
11	木	ご飯	おかから入りコロッケ・春雨の酢の物・人参スープ・オレンジ	胡麻トースト	牛乳	ヨーグルトスコーン
12	金	ご飯	魚のフリッター・ビーンズサラダ・クリームシチュー・バナナ	蒸し芋	牛乳	きな粉団子
13	土		お弁当の日	お菓子	牛乳	お菓子
15	月	パン	ミートボール・ポテトサラダ・チンゲン菜スープ・キウイ	マカロニあべかわ	牛乳	いなり寿司
16	火	ご飯	野菜の煮物・アスパラの胡麻和え・かき揚げうどん	卵焼き	牛乳	ぜんざい
17	水	ご飯	すり身揚げ・芽ひじきの酢のもの・かきたま汁・りんご	こふさいも	牛乳	パウンドケーキ
18	木	ご飯	メンチカツ・大豆の五目煮・ポトフ・バナナ	人参グラッセ	牛乳	ゴマ団子
19	金	ご飯	魚の味噌煮・きゅうりとわかめの酢の物・団子汁・オレンジ	豆腐煮	牛乳	もちもちチーズパン
20	土	ご飯	マカロニグラタン・もやしのナムル・野菜スープ	焼きりんご	牛乳	田舎饅頭
22	月	麦ご飯	豆腐とひじきのギョロケ・結豆の中華和え・チンゲン菜のみそ汁・バナナ	じゃがバター	牛乳	そうめん汁
23	火	ご飯	スペイン風オムレツ・ほうれん草の胡麻和え・ちゃんぽん・オレンジ	厚揚げ煮	牛乳	ハンバーガー
24	水	ご飯	煮魚・マカロニサラダ・厚揚げのみそ汁・りんご	ドライ南瓜	牛乳	お好み焼き
25	木	誕生会	鯉のぼりライス チキンフラワー ウインナー スパサラダ ふわふわスープ オレンジ	きな粉ヨーグルト	牛乳	シュークリーム
26	金	ご飯	魚のエスカベージュ・切り干し大根の胡麻マヨサラダ・じゃが芋のみそ汁	具入り卵焼き	牛乳	黒糖蒸しばん
27	土	ご飯	ビーフン炒め・トマトのマリネ・チンゲン菜スープ	ロールパン	牛乳	フルーツ入り牛乳もち
29	月	ご飯	豚肉の生姜焼き・根菜サラダ・アスパラのスープ・りんご	豆腐煮	牛乳	フレンチトースト
30	火	ご飯	焼きそば・千草焼き・けんちん汁	ヨーグルトパン	牛乳	フルーツポンチ
31	水	人参ご飯	棒餃子・切り干し大根の煮物・春雨スープ・バナナ	きな粉団子	牛乳	かやくおにぎり



ちまきと柏餅

5月5日はこどもの日で「端午の節句」。
もともと中国から伝わった五節句の一つで、ちまきや柏餅を食べます。ちまきは中国の聖人「屈原」の忌日が5月5日にあたり、とむらうためにお米を笹で巻いて蒸したものを供えたのが始まりといわれています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。

