



給食だより 5月号

宗教法人法性寺 道場保育園

2019 (令和元) 年 5月



山々は新緑で覆われ、青空を気持ちよさそうに泳ぐこいのぼりの姿も見られる季節となりました。今月は大型連休もあり、お出かけを予定されているご家庭もあるのではないのでしょうか♪

新しい生活が始まり一ヶ月が過ぎましたが、お子さんのご様子はいかがですか？保育園の生活に少し慣れてきた頃かと思いますが、疲れが出る時期でもあります。お出かけで気持ちをリフレッシュしたり、ゆっくりと身体を休めたりして、心身の疲れが取れるといいですね☆

お誕生日会メニュー

＊十六穀米

＊豚肉のマーメレード焼き

＊スナップえんどう

＊ひじきとれんこんの煮物

＊野菜豆乳汁

＊元気ヨーグルト

おやつ

＊牛乳

＊プアマンケーキ



5月5日は端午の節句！



端午の節句は五節句の1つで、男の子の節句です。

この日は、家々にこいのぼりをたて、ちまきやかしわもちなどを食べて祝います。

かしわもち

かしわもちは、江戸時代の頃から広まったといわれています。

かしわの葉は、新芽が育つまで古い葉が落ちないことから、跡継ぎが絶えないようにという願いが込められています！

保育園では、給食でさかなパイとかしわもちをいただきます♪

※かしわもちの葉は国産のものがなかなかないので、保育園では付けずに出しています。

☆メニュー紹介☆

【材料】

- ・米 2合
- ・玉ねぎ 小1/2
- ・にんじん 小1/2
- ・ツナ缶 60g
- ・グリーンピース 大さじ1
- ・油 少量
- ・塩 小さじ1

※ カレー粉を入れてもおいしく
できます！

カレー粉を入れる場合は小さじ1/2

ツナピラフ

こども4~5人分



【作り方】

1. 米は水加減をし、つけておく。
2. 玉ねぎ、にんじんは粗みじん切りに切る。
3. グリーンピースは茹でておく。
4. 鍋で油を熱し、②の野菜を炒める。
5. ①に④とツナ、塩を加え、混ぜてから炊く。
6. ⑤が炊き上がったら、③を加えて混ぜ合わせる。

2019年度5月 献立表 ●午前中は水分補給のみです。朝食をしっかり食べて登園しましょう

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	
昼食	延長保育時間の軽食おにぎり 月・水 わかめ 火・木 昆布 金 ゆかり	即位の日	国民の休日	憲法記念日	みどりの日	
3時						
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	
昼食	振替休日	チキンカレー フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 さかなのパイ ゆでブロッコリー あらめの煮物 小松菜のみそ汁 フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 春の肉じゃが 豆腐ときのこのすまし汁 栄養ふりかけ 元気ヨーグルト ヲイフル	麦ご飯 鮭の幽庵焼き チゲン汁ともやしの和え物 あおさの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	マーボー丼 きのこの清まし汁
3時		牛乳 レーズン入り蒸しぱん	牛乳 かしわもち	牛乳 べったんこパン (きな粉)	牛乳 おかか焼きおにぎり	紫いもチップ きな粉ウエハース
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	
昼食	ツナピラフ コーンと野菜のスープ フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 ひき肉豆腐 はりはり大根 このこ汁 元気ヨーグルト ヲイフル	カレーピラフ ミネストローネ フルーツ (オレンジ)	十六穀米 豚肉のマーメレード焼き スナップえんどう ひじきとれんこんの煮物 野菜豆乳汁 元気ヨーグルト ヲイフル	たけのこご飯 あじの南蛮揚げ 小松菜としめじの清汁 フルーツ (オレンジ)	チキンライス ジュリアンスープ
3時	牛乳 きな粉パンケーキ	牛乳 五平もち	牛乳 豆腐だんご	牛乳 プアマンケーキ	牛乳 スイートパンプキン	畑のスナック カレー味 ふわふわチップ人参味
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	
昼食	から揚げ丼 みそ汁 (かぼちゃ) フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 こうや豆腐の炒り煮 小松菜とじゃこのそばろ すまし汁 (えのき) フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 フライドチキンカレー味 にんじんスティック キャベツの煮びたし みそ汁 (じゃがいも) 元気ヨーグルト ヲイフル	麦ご飯 チリコンカン わかめサラダ 小松菜ともやしのスープ フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 まぐろとさつまいもの中華煮 豆腐としめじの味噌汁 無添加かつおふりかけ 元気ヨーグルト ヲイフル	鶏ときのこの炊き込みご飯 豆腐とわかめの清まし汁
3時	牛乳 やせうま	牛乳 草もち	牛乳 かみかみビーンズ	牛乳 塩昆布とツナのおにぎり	牛乳 麩のラスク (きなこ味)	ねじりん棒 カリボテスナック
	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
昼食	三色丼 (鶏ひき肉) 豆腐とわかめの清まし汁 フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 鮭のしょうが焼き 温野菜サラダ チゲン汁のスープ 無添加かつおふりかけ 元気ヨーグルト ヲイフル	パエリア風ごはん チンゲンサイとあさりの炒め物 フルーツ (オレンジ)	麦ご飯 豆腐のまさご揚げ むかしわかめの酢の物 トマトとえのきの清汁 元気ヨーグルト ヲイフル	豚丼 豆菜サラダ ふとわかめの味噌汁 フルーツ (オレンジ)	
3時	牛乳 人参むしぱん	牛乳 すはま団子	牛乳 あんロール	牛乳 菜飯おにぎり	牛乳 じゃこトースト	