



★今月の食育目標★ 楽しく食事をしよう

の献立表



2019年度 名東保育園

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|---------------------------------------|--|-------------------------------------|---|--|---------------------|
| | 20 | 7・21 | 8・22 | 9・23 | 10・24 | 11・25 |
| 給食 | カレーライス オーロラサラダ | ごはん 煮魚のわかめ添え ゆかり和え みそ汁 | ごはん ゴマみそ炒め ナムル 筍の中華スープ | ごはん 魚の照り焼き ひじきサラダ 人参の甘煮 みそ汁 | ゆかりごはん 鶏肉の香草焼き シルバーサラダ プチトマト 野菜スープ (24日のみ) スナックえんどう いちご | 鶏井 みそ汁 果物 |
| おやつ | 五平餅 果物 牛乳 | 米粉のパンケーキ 果物 牛乳 | 米粉の黒糖いろいろ 果物 牛乳 | 甘辛団子(幼児のみ) きなこ団子(乳児) 果物 牛乳 | わらびもち(10日) せんべい(24日) 果物 牛乳 | 補食 牛乳 |
| | 13・27 | 14・28 | 15・29 | 16・30 | 17・31 | 18 |
| 給食 | あさりごはん ブロッコリーの おかか和え 若竹汁 | ごはん イワシの塩焼き(14日) イワシの蒲焼丼(28日) きんぴらごぼう そら豆 春野菜のみそ汁 | ピースごはん 豚肉のトマト煮 ポテトサラダ 清汁 | (16日 お弁当) ごはん 鱈の中華あんかけ 新じゃがの粉ふき芋 もやしスープ | ごはん 鶏肉のこんぺい糖煮 ごぼうサラダ プチトマト 清汁 | 中華飯 清汁 果物 |
| おやつ | ぶどうゼリー ヨーグルト(かめ組) せんべい 牛乳 | カレーポテト 果物 牛乳 | わかめおにぎり スティック人参 牛乳 | 人参ゼリー せんべい 牛乳 | 芋もち 果物 牛乳 | 補食 牛乳 |

給食試食会

5月27日(月)に行います!



日頃子どもたちが食べている給食とおやつのメニューを保護者の方に試食していただきます。

今年は当日の給食メニューの他に、保護者の皆様からリクエストを募集します。詳しくは給食室からのお知らせボードに掲示しますので、是非ご覧ください。

お子さんのお迎え時間に合わせた時間で実施します。
給食室一同、みなさんにお会いできるのを楽しみにしています。



5月 旬の食材

春キャベツ 新じゃがいも 新玉ねぎ そら豆
 グリーンアスパラ きぬさや グリンピース ふき
 さやいんげん セロリ たけのこ 生わかめ 鱈
 あじ あさり はまぐり かつお 鯛 いか
 ほたるいか 赤カレイ さくらんぼ
 びわ 夏みかん

16日木曜日はお弁当の日



幼児クラスはお弁当を持って遠足へ行きます!!

お弁当作りのポイント

- ・お弁当のメインは子どもと一緒に決めて
- ・ごはんは、おにぎりですぐ食べやすく
- ・彩りが良いと食欲も倍増
- ・中身は、冷めてから詰めましょう
- ・量はいつもより少な目で

