



5月の行事・こんだて



1	2
牛乳, 果物	
五目焼きそば, 果物	
牛乳, ミレービスケット	

日	曜	行事
1	土	
2	日	
3	月	憲法記念日
4	火	みどりの日
5	水	こどもの日
6	木	
7	金	花まつり
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	英語遊び 調理師研究会(瀧口)
12	水	検尿(3・4・5歳児)
13	木	
14	金	リトミック
15	土	
16	日	
17	月	個人面談(3・4・5歳児)
18	火	
19	水	園長・主任会研修
20	木	
21	金	リトミック
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	英語遊び
26	水	誕生日会 園長・主任会研修
27	木	
28	金	リトミック
29	土	
30	日	
31	月	

	月	火	水	木	金	土	日
日にち	3	4	5	6	7	8	9
9時のおやつ				牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 米ぼんぼー	
昼食	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	豆腐の五目炒め 照り焼きチキン スパゲティサラダ 果物	魚のごま味噌焼き 野菜サラダ かしわ汁 果物	たけのごこ飯 たまごスープ 果物	
3時のおやつ				ミルク, ドーナツ	ミルク, みたらし団子	牛乳, かりんとう	
日にち	10	11	12	13	14	15	16
9時のおやつ	牛乳, ミレービスケット	牛乳, スコーン	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, ホットケーキ	牛乳, 果物	
昼食	鮭のチーズ焼き 野菜炒め もずくスープ 果物	大豆の五目煮 マカロニサラダ 手作りふりかけ ミニトマト, 果物	魚の梅しそ焼き わかめのごま風味和え 豚汁 果物	ポテトグラタン 千切りサラダ 鶏レバーの甘辛煮 果物	鶏肉とおからの揚げ団子 ほうれん草とツナのサラダ 中華風コーンスープ 果物	ナポリタン 果物	
3時のおやつ	ミルク, パインケーキ	ミルク, やせうま	ミルク, 麩の青のりスナック	カルピスゼリー	麦茶, おかかごまのおにぎり	牛乳, 野菜スナック	
日にち	17	18	19	20	21	22	23
9時のおやつ	牛乳, 芋けんぴ	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 果物	
昼食	豚肉の生姜焼き ハンサンス のっぺい汁 果物	じゃがいもと挽肉の炒め煮 豆腐とツナの落とし焼き スナップえんどうの天ぷら 果物	わかめと鮭の混ぜご飯 すき焼き風煮 五目厚焼き玉子 レタス, 果物	肉団子の甘辛煮 野菜のごま和え 新玉ねぎと油揚げの味噌汁 果物	鮭のタルタルソース 切干大根の煮物 ミネストローネ 果物	ビーフンの五目炒め 果物	
3時のおやつ	ミルク, ブラウニー	スキム入りバナナヨーグルト	ミルク, クッキー	ミルク, スキムミルクもち	ミルク, 二色サンド	牛乳, ひじきスティック	
日にち	24	25	26	27	28	29	30
9時のおやつ	牛乳, ミルクスティック	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 麩の黄粉スナック	牛乳, 果物	
昼食	鯖の味噌煮 刻み昆布煮 洋風かき玉汁 果物	大豆ハンバーグ ごぼうサラダ ワンタンスープ 果物	から揚げ 春雨の酢物 キャベツのクリームスープ 果物	うま煮 鮭のマヨネーズ焼き スパゲッティとツナのサラダ 果物	カレーライス つくねバーグ アスパラのごま和え 果物	味噌煮込みうどん 果物	
3時のおやつ	ミルク, 麩のカレースナック	ミルク, ヨーグルトケーキ	ミルク, 黄粉団子	麦茶, 鶏そぼろおにぎり	ソフール	牛乳, 海藻せんべい	
日にち	31	5月の旬の食材～春キャベツ～ (材料) 大人2人+子ども2人 A { ベーコン(短冊切り)・・・80g キャベツ(粗みじん)・・・1/4株 人参(短冊切り)・・・1/2本 しめじ(ざく切り)・・・1/2袋 バター・・・・・・・・・・大さじ2 水・・・・・・・・・・500cc コンソメ・・・・・・・・・・大さじ2 B { 小麦粉・・・・・・・・・・大さじ2 牛乳・・・・・・・・・・150cc					
9時のおやつ	牛乳, 小魚せんべい	キャベツは、世界中でも広く分布する野菜とされています。キャベツには、ビタミンCやカルシウムが含まれています。ビタミンCは風邪の予防やストレス解消に効果を発揮します。					
昼食	チキンケチャップソテー 野菜の卵とじ 豆腐とわかめの味噌汁 果物	効用 *美肌効果 *便秘改善 *胃の働きを高める					
3時のおやつ	ミルク, チーズ蒸しパン	春キャベツのクリームスープ ① 鍋にバターとAを入れて、焦がさないように炒める。 ② ①がしんなりしてきたら、水とコンソメを入れて煮る。 ③ ②にBを入れて混ぜる。とろみがついたら出来上がり。 *小麦粉を牛乳でしっかりといておくとダマになりません					

*9時のおやつは0・1・2歳児のみです。 *果物は変更することがあります。 *園で使用しているお米は国内産です。