

# 5月の予定献立表

発行日：令和2年4月30日

	月	火	水	木	金	土
午前おやつ					1 お茶・せんべい	2 お茶・クッキー
昼食					【子どもの日お祝い会】 鯉のぼりオムライス やさいスープ 春巻き フルーツポンチ	豚肉のカレー丼 みそ汁 野菜サラダ
午後おやつ					牛乳・鯉のぼりサンド	牛乳・丸ボーロ
午前おやつ	4	5	6	7	お茶・クラッカー	8 お茶・ウエハース
昼食	みどりの日	こどもの日	振替休日	黒糖ロール キャベツの豆乳スープ 鶏のマーマレード焼き かぼちゃサラダ	ごはん ごもく汁 さけの塩焼き ほうれん草のごま和え バナナ	マーボー丼 はるさめスープ アスパラとマトの和え物 野菜ジュース
午後おやつ				スキムミルク・いりこ わかめおにぎり	牛乳・クラッカーサンド	牛乳・ビスケット
午前おやつ	11 お茶・せんべい	12 牛乳・せんべい	13 お茶・ビスケット	14 お茶・ブルーベリー	15 お茶・クラッカー	16 お茶・せんべい
昼食	ごはん さつまいもみそ汁 鶏すき 三色サラダ	きつねうどん ひじきの煮物 キャベツのサラダ バナナ	ごはん えのきすまし汁 さかなの竜田揚げ かぼちゃのそぼろ煮	ロールパン 野菜スープ スパニッシュオムレツ スパゲティサラダ	ごはん じゃが芋みそ汁 さかなのコーンマヨ焼き はるさめサラダ	ハヤシライス コンソメスープ ミモザサラダ
午後おやつ	牛乳・かぼちゃ蒸しパン	牛乳・五平もち	牛乳・コンフレクスナック	牛乳・フルーツポンチ	スキムミルク・がんづき	牛乳・たい焼き
午前のおやつ	18 お茶・ビスケット	19 お茶・ウエハース	20 牛乳・ビスコ	21 牛乳・ボーロ	22 お茶・ブルーベリー	23 お茶・せんべい
昼食	ごはん かきたま汁 豚肉と野菜のみそ炒め ふかし芋 オレンジ	【お誕生会】 おにぎり やさいスープ チーズハンバーグ ポテトサラダ	【食育の日】 ごはん 油淋鶏(ユリンチー) チャプチェ 豆腐チゲ	ごはん 豚汁 さかなのステキソースかけ こふき芋 キャベツのツナ和え	ポークカレー 大豆のころころサラダ いちごヨーグルト	回鍋肉丼 わかめスープ フルーツカクテル
午後おやつ	スキムミルク おからマフィン	牛乳・パンプディング	牛乳・ごま団子	牛乳・きな粉マカロニ	お茶・スイートポテト	牛乳・スティックパン
午前おやつ	25 お茶・ビスコ	26 牛乳・バナナ	27 お茶・せんべい	28 お茶・クラッカー	29 お茶・ふかし芋	30 お茶・ふかし芋
昼食	そぼろ丼 中華スープ アスパラのソテー りんご	ごはん とうふすまし汁 さかなの新緑揚げ はるさめの中華和え バナナ(以上児)	ごはん のっぺい汁 擬製豆腐 切り干し大根のサラダ	ロールパン かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉のピカタ ごぼうのマヨ和え	ごはん やさいスープ レバーの胡麻ソース ピーマンのツナ和え オレンジ	中華あんかけ丼 とうふすまし汁 だいこんサラダ ゼリー
午後おやつ	牛乳・コーンマヨトースト	牛乳・クッキー	牛乳 お好み焼き風ポテト	スキムミルク ゆかりおにぎり、昆布	牛乳・みたらし団子	牛乳・まんじゅう

## 給食だより

☆毎月19日は食育の日です。  
 今月は20日にアジア地方の献立を提供します。油淋鶏は鶏のから揚げに刻んだ長ねぎをのせて甘い酢醤油のたれをかけた中国料理。「ユリンチー」は油を回しかけて揚げる、「チー」にわとりを意味します。チャプチェは春雨の炒め物で韓国では華やかな見た目からお祝いの席やおもてなしの定番料理です。豆腐チゲはハングル語で「チゲ」は鍋という意味。キムチや肉・魚介類、豆腐などを煮込んだ朝鮮半島の鍋料理です。ごま団子は点心料理のひとつで飲茶の際や食後のデザートとして食べられる中国発祥の食べ物です。お楽しみに。

## 献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	560kcal	471kcal
たんぱく質	22.9g	18.4g
脂質	16.7g	13.6g

☆献立を変更する場合がございます。

