５月行事・献立予定

令和５年度　　ふたば 保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児 朝のおやつ	3時のおやつ
1	月		肉うどん ほうれん草のおかか和え ウインナー　オレンジ	うどん　豚肉　玉ねぎ　人参　ねぎ　かまぼこ ほうれん草　人参　もやし　かつお節 ウインナー　オレンジ	ジュース	牛乳 かみかみせんべい
2	火	布団持ち帰り	焼鮭 ブロッコリーのお浸し 豆腐のみそ汁　バナナ	鮭 ブロッコリー　人参 豆腐　わかめ　玉ねぎ　バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 バームクーヘン
6	土				牛乳　せんべい	りんごジュース クラッカー
8	月	身体測定	ラーメン ごま塩きゅうり　ミニ春巻き オレンジ	中華麺　豚肉　玉葱　キャベツ　もやし　人参　ねぎ　かまぼこ きゅうり　ごま　春巻きの皮　玉ねぎ　人参　豚肉　生姜　春雨 オレンジ	牛乳　クッキー	飲むヨーグルト ビスケット
9	火	運動教室(きりん)	白身魚のソフト揚げ コールスローサラダ クリームシチュー　バナナ	赤魚 キャベツ　人参　きゅうり　ハム じゃが芋　玉ねぎ　人参　ベーコン　ミルク　バナナ	牛乳　りんご	豆乳 スイートラスク
10	水	バス遠足(きりん)	肉じゃが ぽりぽりごぼう キャベツのスープ　いちご	豚肉　玉ねぎ　人参　じゃが芋　こんにゃく　さやいんげん ごぼう 玉ねぎ　キャベツ　ベーコン　いちご	牛乳 サンドビスケット	ホワイトポンチ
11	木	おはなしのもり 運動教室(ぱんだ) サッカー教室(ぞう)	焼き鯖　ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 油揚げの味噌汁　バナナ	鯖　ブロッコリー 切り干し大根　人参　さつま揚げ　さやいんげん 油揚げ　ほうれん草　玉ねぎ　バナナ	牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 ツナトースト
12	金	運動教室(ぞう)	豆腐ハンバーグ レタスサラダ　チーズ コンソメスープ グレープフルーツ	豆腐　牛肉　豚肉　玉ねぎ　卵 レタス　キャベツ　きゅうり　チーズ じゃが芋　玉ねぎ　人参　ベーコン　パセリ　グレープフルーツ	牛乳 ロールパン	牛乳 かみかみビスケット
13	土				牛乳 ビスケット	オレンジジュース せんべい
15	月		焼きそば 焼きししゃも　ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ　オレンジ	中華麺　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　もやし　人参　青のり ししゃも　ブロッコリー 小松菜　人参　玉ねぎ　卵　オレンジ	牛乳 クラッカー	ヨーグルト
16	火		揚げ餃子 ボイル野菜 中華スープ　いちご	餃子の皮　豚肉　キャベツ　玉ねぎ　生姜 ブロッコリー　人参 ベーコン　もやし　玉ねぎ　わかめ　いちご	牛乳　バナナ	牛乳 かみかみポン菓子
17	水	誕生会	おめでとうランチ	ベーコン　玉ねぎ　人参　ちくわ レーズン　きゅうり　ミニトマト　アスパラ　鶏肉　生姜 スパゲティ　パセリ　じゃが芋　人参　きゅうり　ハム　パイン	りんごジュース	フルーツプリン
18	木	避難訓練 食育の日	★豆腐のふわふわ揚げ ごぼうのきんぴら　いんげんのおかか和え キャベツの味噌汁　いちご	豆腐　豚肉　ねぎ　生姜　高野豆腐　パン粉 ごぼう　人参　ごま油　いんげん　かつお節 キャベツ　ねぎ　人参　いちご	牛乳　せんべい	牛乳 ★おからケーキ
19	金	バス遠足(ぞう) 布団持ち帰り	お弁当の日		ジュース	アイスクリーム ゼリー (りす・うさぎ)
20	土				牛乳 クラッカー	りんごジュース サブレ
22	月	交通安全教室 内科健診(1.2.5歳)	ミートソーススパゲティー 野菜サラダ 豆乳スープ　パイン	スパゲティー　牛肉　豚肉　玉ねぎ　バター　パセリ　チーズ レタス　キャベツ　きゅうり ベーコン　玉ねぎ　じゃが芋　人参　コーン　豆乳　パイン	牛乳 ソフトあられ	ブドウゼリー
23	火	尿検査	白身魚のフライ 伴三糸 小松菜の味噌汁　バナナ	赤魚　卵 春雨　人参　きゅうり　ハム　もやし 小松菜　玉ねぎ　ねぎ　バナナ	牛乳　りんご	牛乳 バターサンド
24	水	尿検査(予備日)	キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け　チーズ ほうれん草のすまし汁　いちご	豆腐　豚肉　納豆　玉ねぎ　人参　ねぎ　生姜 ブロッコリー　ごま　チーズ 玉ねぎ　人参　ほうれん草　えのき　卵　いちご	牛乳 レーズンパン	牛乳 ★スナップエンドウ
25	木		鶏肉のレモン煮　きゅうりの即席漬け 青のりポテト キャベツの味噌汁　パイン	鶏肉　レモン　きゅうり　人参 じゃが芋　青のり 玉ねぎ　人参　キャベツ　パイン	牛乳　バナナ	豆乳 ホットケーキ
26	金	内科健診(3.4歳)	鮭のバター焼き ブロッコリーの胡麻ドレッシング和え 野菜のコンソメスープ　オレンジ	鮭　バター ブロッコリー　きゅうり　人参　コーン　ごま ベーコン　玉ねぎ　人参　パセリ　オレンジ	牛乳　米菓子	牛乳 かみかみ小魚
27	土				牛乳　せんべい	オレンジジュース あられ
29	月		にゅうめん ウインナー　スティック野菜 オレンジ	そうめん　ほうれん草　人参　玉ねぎ　椎茸　卵 ウインナー　きゅうり　人参 オレンジ	牛乳　ボーロ	りんごジュース せんべい
30	火		マカロニグラタン ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ　バナナ	鶏肉　マカロニ　ほうれん草　玉ねぎ　人参　バター　チーズ　ミルク ブロッコリー キャベツ　玉ねぎ　人参　ベーコン　バナナ	牛乳　ビスケット	牛乳 フライドポテト
31	水	ちまき作り	ポークカレー コールスローサラダ パイン	豚肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ キャベツ　人参　ブロッコリー　コーン パイン	牛乳 ソフトあられ	ちまき 牛乳　せんべい (りす・うさぎ)

おめでとうランチ・・・カレーピラフ　鶏の竜田揚げ　スパソテー　コロコロサラダ　パイン

食育の日のサンプル展示は4歳児です。4歳児の主食（ご飯）の量は１１０ｇです。

今月の果物はバナナ、オレンジ、いちご、グレープフルーツ、パインを予定しています。★印は新メニューです。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。