

きゅうしょくだより 5月

慶光保育園 給食室
R3年 5月 11日 訂正

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--|--|
|  <p>今月のお弁当日 19日（水）です。</p>  <p>こどもの日にはどうしてかしわ餅を食べるの？ 子孫繁栄 「新しい芽が出るまで古い葉が落ちない柏の木のように、 親から子・孫へと命がつながりますように」 という意味が込められています。</p>  | | | | | 1 |
| | | | | | ・野菜ラーメン ・ゆで卵 ・果物 |
| | | | | | ・菓子 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <p>憲法記念日</p>  | <p>みどりの日</p>  | <p>こどもの日</p>  | <ul style="list-style-type: none"> ・鯉のぼりハンバーグ ・南瓜のミルク煮 ・ペペロンチーノ風 スパゲティー ・ゼリー | <ul style="list-style-type: none"> ・牛肉とインゲンの 炒め物 ・小松菜の胡麻和え ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・豆ごはん ・豚汁 ・果物 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・焼大福 ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・ひじきおにぎり ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト | | | |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・カレー ・切昆布の当座煮 ・レタス ・トマト | <ul style="list-style-type: none"> ・炒り卵の 肉みそソースかけ ・切干大根の和え物 ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・魚の甘酢あんかけ ・厚揚げと蒟蒻の 炒め物 ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・炒り豆腐 ・野菜ソテー ・トマト | <ul style="list-style-type: none"> ・レバー入り ミートローフ ・コーンサラダ ・スナップエンドウ ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・かつ丼 ・味噌汁 ・果物 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ひやき ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草ピザ ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・南瓜パイ ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・バナナスコーン ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・じゃが丸くん ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・菓子 |
| 17 | 18 | 19 お弁当日 | 20 | 21 | 22 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・高野豆腐の卵とじ ・青梗菜のナムル ・トマト | <ul style="list-style-type: none"> ・魚の香草パン粉焼き ・野菜のさっぱり和え ・果物 |  | <ul style="list-style-type: none"> ・ミネストローネ ・小松菜の煮浸し ・ししゃも ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・魚のつくね焼き ・納豆とささみの和え物 ・塩胡瓜 ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・肉うどん ・果物 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・チーズ饅頭 ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・カルピス杏仁 ・牛乳 | | <ul style="list-style-type: none"> ・人参マフィン ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・小豆クッキー ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・クリームパン |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・チーズオムレツ ・三つ葉入り金平 ・トマト | <ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいも入り 麻婆豆腐 ・三色ピーマンの おかか和え ・人参甘煮・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・魚の照り焼き ・花畑サラダ ・煮豆 ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・酢豚 ・小松菜の山吹和え ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・厚揚げ入りひじきの 油いため ・ポパイサラダ ・かえり ・果物 | <ul style="list-style-type: none"> ・和風スパゲティー ・ゆで卵 ・果物 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・カルシウムトースト ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・桃のヨーグルトケーキ ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・チーズポテト ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・利休白玉 ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・ココア餅 ・牛乳 | <ul style="list-style-type: none"> ・コーンフレーク 牛乳 |

31 お誕生会 お楽しみメニュー



材料

卵 1/2, 塩 少々, 油 適量 : 炒り卵用

かまぼこ 20g 醤油 4g
人参 20g 砂糖 2g
小松菜 120g
もやし 40g

小松菜の山吹和え

作り方

- ①炒り卵を作り、冷ましておく
- ②野菜を食べやすい大きさに切り、さっとゆでる
- ③野菜の水気をしっかり切る
- ④炒り卵・かまぼこ・野菜を合わせ、醤油・砂糖で味を調える

*入荷の都合などにより、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。