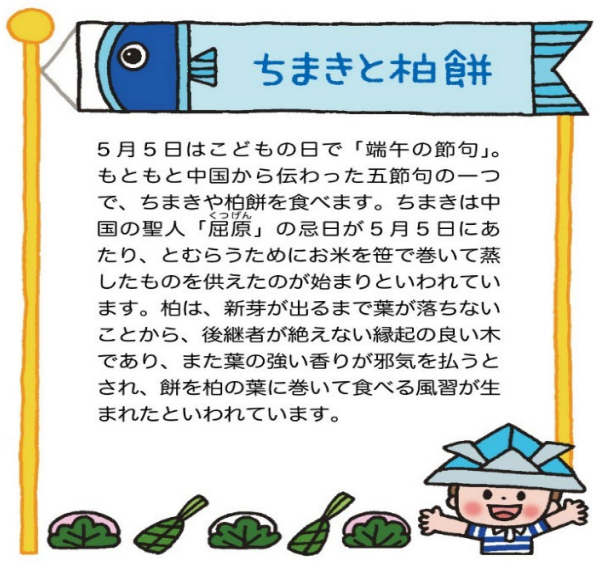
令和7年5月　献　立　予　定　表

北高田こども園

【お知らせ】
2日（金）…誕生会
10日（土）…以上児保育参観
28日（水）…未満児保育参観、お弁当の日
おかず入り弁当をお持ちください。

月	火	水	木	金	土
		1	2		3
		(未満児午前おやつ) 牛乳	りんごゼリー		憲法記念日
		(主食) 雑穀ごはん			
		(昼食献立) 豚肉と大根の甘辛煮 納豆和え 味噌汁　グレープフルーツ	《誕生会》		
		(午後おやつ) 麦茶　みそ焼きおにぎり	牛乳　柏餅		
		ｴﾈﾙｷﾞｰ･蛋白質･脂質･食塩 483kcal･16.8g･7.2g･0.7g			
5	6	7	8	9	10
こどもの日	振替休日	いちごヨーグルト ごはん	牛乳 バターロール	ぶどうゼリー たけのこごはん	ヨーグルト
		豆腐入りハンバーグ ツナとわかめの酢の物 すまし汁　バナナ	マカロニグラタン うまっコリー きのこスープ　びわ	焼き魚（さけ） ごぼうのから揚げ 味噌汁　グレープフルーツ	以上児保育参観日
		牛乳　じゃこチーズトースト	ヤクルト　ジャムクラッカー	牛乳　プアマンケーキ	牛乳　お菓子
		656kcal･31.2g･21.5g･2.3g	609kcal･22.7g･21.6g･2.8g	681kcal･27.8g･23.4g･2.2g	504kcal･18.0g･18.5g･1.3g
12	13	14	15	16	17
野菜ジュース ゆかりごはん	牛乳 ごはん	プリン 雑穀ごはん	牛乳 ごはん	ぶどうヨーグルト ごはん	りんごゼリー
鶏のみぞれ煮 中華サラダ　キウイ チンゲン菜とわかめのスープ	アジフライ かみかみきんぴら 味噌汁　グレープフルーツ	炒り豆腐 茹で野菜サラダ かきたまスープ　パイナップル	回鍋肉 もやしとハムのごまだれ すまし汁　オレンジ	新じゃがいもと桜エビの春巻き 春雨レタスサラダ　グレープフルーツ きのこと厚揚げのすまし汁	チキンサンド 牛乳 バナナ
牛乳　黒糖味噌蒸しパン	フルーツヨーグルト	牛乳　ごまドーナツ	ジョア　スイートポテト	牛乳　たいやき	ミルージュ　お菓子
588kcal･25.0g･20.0g･1.9g	530kcal･20.9g･10.9g･1.6g	645kcal･27.9g･26.0g･2.4g	535kcal･18.0g･11.6g･2.4g	698kcal･22.4g･19.3g･2.6g	562kcal･17.8g･21.5g･1.4g
19【食育の日】	20	21	22	23	24
りんごジュース 枝豆ごはん	牛乳 雑穀ごはん	オレンジゼリー ごはん	牛乳 ミルクロール	フルーチェ ごはん	プリン
かじきの甘酢焼き すき昆布の煮物 味噌汁　パイナップル	豚肉の揚げ煮 白菜のごまマヨ和え 若竹汁　バナナ	肉じゃが煮 小松菜のサラダ 味噌汁　キウイ	チキンソテートマトソース コールスローサラダ おくらスープ　オレンジ	筑前煮 小松菜とあさりの和え物 すまし汁　グレープフルーツ	きのこスパゲティ 牛乳 オレンジ
牛乳　ジャムサンド	ヤクルト　かわらせんべい	牛乳　ラスク	麦茶　きな粉団子	牛乳　お菓子	スポロン　お菓子
616kcal･28.3g･22.0g･2.2g	546kcal･15.7g･11.6g･1.2g	627kcal･25.1g･24.0g･2.4g	486kcal･22.5g･17.6g･2.4g	543kcal･22.8g･19.5g･1.8g	542kcal･18.4g･19.4g･1.5g
26	27	28	29	30	31
オレンジジュース ごはん	牛乳 雑穀ごはん	りんごゼリー	牛乳 わかめごはん	いちごヨーグルト ごはん	ぶどうゼリー
ベーコンエッグ マカロニサラダ 味噌汁　オレンジ	ピーマンの肉詰め ポテトサラダ 春雨スープ　キウイ	未満児保育参観日 《お弁当の日》	生揚げの野菜あんかけ トマトサラダ ワンタンスープ　バナナ	さばの味噌煮 磯辺和え けんちん汁　グレープフルーツ	中華丼 ニラスープ オレンジ
牛乳　フライビーンズ	ジョア　マーマレードのケーキ	牛乳　お菓子	うどん	牛乳　よもぎ団子	牛乳　お菓子
615kcal･26.5g･23.7g･1.9g	664kcal･21.6g･18.4g･2.0g		579kcal･22.4g･18.8g･4.0g	589kcal･26.5g･18.7g･1.4g	483kcal･19.0g･18.2g･0.9g

園では、５月２日午後のおやつに
柏もちをたべますよ😊



今月の給食目標
食べ物の栄養を知る
～食べ物の栄養に関心を持つ～

青葉が輝き、外遊びが心地よい季節です。入園・進級から１か月が経ち、ようやく新しい環境に慣れてきた子どもたち。連休明けには疲れが出てくることもあります。ゆったりと給食を楽しめるように、食事の環境づくりに配慮していきたいと思います。

毎月１９日は『食育の日』です。
なのはな組さんに食育を行います。

４月の食育は、食器の置き方と箸の持ち方をみんなで学びました。

レシピ

新じゃがいもと桜エビの春巻き（１６日）

♦材料（幼児２人分）
- 新じゃがいも（男爵）…80g
- 桜エビ…6g
- コンソメ（顆粒）…0.4g
- プロセスチーズ…10g
- 春巻きの皮（15.5㎝角）…2枚
- 水溶き小麦粉
  小麦粉…1g
  水…1g
- 油（揚げ用）…10g
- ミニトマト…20g（2個）

♦作り方
①じゃがいもは皮をむき、３㎝角に切って水（分量外）にさらす。
②①をゆでてつぶし、熱いうちに桜エビ・コンソメ・5㎜角に切ったプロセスチーズを入れて混ぜておく。
③春巻きの皮に②をのせ、手前から奥に向かって巻いていき、奥側の角に水溶き小麦粉を塗り、のりづけする。
④③を170℃の油できつね色になるまで揚げる。
⑤④を皿に盛り、半分に切ったミニトマトを添える。

♦ポイント
春巻きの中には、新じゃがいもと桜エビ、チーズが入っています。
サクサク・ホクホクの食感が楽しい一品です😊