



# 5月の給食献立表



平成30年

宮永保育園

日	曜日	全園児			
		未満児	主食	副食	3時のおやつ
1	火	野菜・牛乳	ご飯	赤魚の竜田揚げ・切干大根とひじきの煮物・チンゲン菜と豆腐のスープ・フルーツ	お好み焼き・牛乳
2	水	フルーツ・牛乳	ご飯	南瓜と厚揚げの含め煮・ほうれん草の胡麻和え・味噌汁(もやし・若布)・フルーツ	【鉛筆記念日】クッキー・飲むヨーグルト
7	月	ビスケット・牛乳	ご飯	揚げ魚煮・もやしのナムル・煮豆・豆苗と若布のかき玉スープ	ヨーグルトコーンパン・牛乳
8	火	野菜・牛乳	ご飯	<b>お誕生会</b> 鶏肉のミニ唐揚げ・きゅうりともやしの和え物・和風カレースープ・フルーツ	お楽しみおやつ
9	水	フルーツ・牛乳	ご飯	筑前煮・ほうれん草のおひたし・えのきともやしの野菜スープ・フルーツ	豆腐ドーナツ・牛乳
10	木	野菜・牛乳	ご飯	魚の照焼き・煮豆・カレー参シシリ・すまし汁(若布・豆腐・キャベツ)	青のり胡麻おにぎり・お茶
11	金	小魚・牛乳	ご飯	麻婆豆腐・南瓜のオープン焼焼き・すまし汁(キャベツ・えのき)・フルーツ	黄な粉サンド・牛乳
12	土	小魚・牛乳	麺	スパゲティミートソース・若布と葱のすまし汁・季節のフルーツ	プアマンケーキ・牛乳
14	月	ビスケット・牛乳	ご飯	魚の甘辛煮・キャベツのおかか和え・春雨スープ(チンゲン菜・人参)・フルーツ	大学芋風・野菜ジュース
15	火	野菜・牛乳	ご飯	じゃが芋コロコロ若布入り・小松菜のじゃこ和え・すまし汁(豆腐・若布)・フルーツ	ミルクビスケット・牛乳
16	水	フルーツ・牛乳	ご飯	酢豚・高野豆腐のフライ・若布と葱のかきたまスープ・フルーツ	唐芋蒸し饅頭・牛乳
17	木	野菜・牛乳	ご飯	鶏肉の胡麻風味唐揚げ・もやしのサラダ・煮豆・千切り野菜のスープ	ちりめんとひじきのおにぎり・お茶
18	金	小魚・牛乳	ご飯	魚の野菜あんかけ・ツナとひじきのきんぴら・フルーツ寒天・すまし汁(豆腐・若布)	【言葉の日】ラスク・牛乳
19	土	小魚・牛乳	パン	ピザトースト・若布入り野菜スープ・季節のフルーツ	じゃが芋もち・牛乳
21	月	ビスケット・牛乳	ご飯	魚の磯辺揚げ・大豆とひじきの煮物・小松菜と豆腐の野菜スープ・フルーツ	フルーツヨーグルト
22	火	フルーツ・牛乳	ご飯	豆腐と挽肉の味噌煮・ナムル風煮びたし・牛乳寒天・すまし汁(えのき・もやし)	ヨーグルトあんパン・牛乳
23	水	野菜・牛乳	ご飯	カレー肉じゃが・小松菜ソテー・すまし汁(豆腐・若布)・フルーツ	おからdeたこ焼き風・牛乳
24	木	野菜・牛乳	ご飯	鮭の西京焼き・きゅうりのナムル・煮豆・えのきとキャベツの野菜スープ	若布おにぎり・お茶
25	金	小魚・牛乳	ご飯	キャベツハンバーグ・グリル野菜のサラダ・フルーツ寒天・味噌汁(豆腐・若布)	コーンフレーククッキー・牛乳
26	土	🎉 運動会 🎉			
28	月	ビスケット・牛乳	ご飯	鯖の味噌煮・人参とツナのきんぴら・ほうれん草と豆腐の野菜スープ・フルーツ	フルーツヨーグルト
29	火	野菜・牛乳	ご飯	豚肉と切り干し大根の煮物・もやしとキャベツの和え物・すまし汁(糸莖・えのき)・フルーツ	蒟蒻入り栄養お好み・牛乳
30	水	野菜・牛乳	ご飯	豆腐入り肉団子・えのきと小松菜の和え物・味噌汁(玉葱・じゃが芋)・フルーツ	ジャムクッキー・飲むヨーグルト
31	木	小魚・牛乳	ご飯	赤魚のムニエルマトソース・ひじきとごぼうのきんぴら風・煮豆・すまし汁(豆腐・キャベツ)	ツナおにぎり・お茶

**お誕生会  
&  
お楽しみ食  
5月8日(火)**

~もぐもぐ  
おいしいやん~

**保護者の悩み Q & A**

**Q...** 野菜が嫌いでなかなか食べてくれません!

**A...** 子ども達の味覚はまだ発達の途中です。苦みのある野菜を本能的に食べない事も、決して珍しい事ではありません。一度食べなかったから「嫌い」と決めつけずに、諦めず長い目で見ましょう。大人が美味しそうに楽しく食べる姿を子どもに見せていく事も大切です。

★園では、スープに入ってる野菜は何でも喜んで食べています。