



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
1	土	かし むぎちや	にくうどん さといものにも	ようなしかん	ちよこぼうパン ぎゅうにゅう	うどん ぶたにく やきちくわ たまねぎ にんじん ほうれんそう しょうゆ みりん さといも いんげん とりにく さとう しお ようなしかん チョコぼうパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
6	木		ゆかりごはん	こうやどうふと にんじんのにも	6日かしわもち (2歳までこいぼんせん) あじつけこさかな むぎちや 17日スタースト ぎゅうにゅう	こめ ふりかけしそみじ きりほしだいこん あぶらあげ ほうれんそう みそ からすかいかい しお こしょう あぶら レモンかじゅう しょうゆ さとう こうやどうふ にんじん いんげん はっこうにゅう 6日かしわもち あじつけこさかな むぎちや 17日しくパン パセリ ピザようチーズ ぎゅうにゅう	せんべい むぎちや
17	月		きりほしだいこんのみそしる	はっこうにゅう			
			さかなのレモンしょうゆやき				
7	金	やさしいジュース 7日は 園外保育です♪	さけとこのあんかけうどん いろどりやさしいたまごやき	みしょうかん	7日 ふんわりきなこロール とうにゅうプリン 21日 フランスあんパン ぎゅうにゅう	うどん さけ たまねぎ はくさい にんじん まいだけ しめじ ねぎ でんぶん しょうゆ しお みりん いろどりやさしいたまごやき みしょうかん 7日ふんわりきなこロール とうにゅうプリン 21日フランスあんパン ぎゅうにゅう	ヨーグルト
8	土	かし むぎちや	やきそば ちんげんさいのスープ	はくとうかん	ポテトパン ぎゅうにゅう	ラーメン あぶら ぶたにく にんじん たまねぎ キャベツ たら しお こしょう ちゅうのソース ウスターソース ちんげんさい とりにく ガラ はくとうかん ポテトパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
10	月		むぎごはん	ひじきのいために			
			はっこうにゅう	じゃがいもとわかめのみそしる	おとうかん	スナッピージョー ぎゅうにゅう	せんべい むぎちや
			さかなのさんみやき				
11	火	ぼうろ むぎちや	ごはん もずくのスープ とりにくのうめみそやき	にんじんシリシリ かわちばんかん	ABCスープ	こめ ねぎ もずく にんじん とうふ しょうゆ でんぶん ガラ とりにく さけ ねりうめ みそ マヨネーズ あぶら もやし たら ツナ しお こしょう こまあぶら かわちばんかん マカロニ キャベツ たまねぎ ショルダーベーコン	ゼリー
12	水	ビスケット むぎちや	フレッシュロールパン かぼちゃのポタージュ かじきのリンゴソース	アスパラサラダ グレーゼリー	いなりずし むぎちや	フレッシュロールパン たまねぎ こむぎこ かぼちゃペースト コーンペースト パター あぶら ぎゅうにゅう なまクリーム しお こしょう パセリ ガラ かじきりんごピューレ みりん さとう しょうゆ グリーンアスパラ キャベツ にんじん フレンチドレッシング グレーゼリー こめ こま さけ あぶらあげ むぎちや	カレーピラフ むぎちや
13	木		きびごはん こじる チキチキごぼう	ほうれんそうのごまあえ ようなしかん	ポテトのじゃこいため むぎちや	こめ きび だいこん にんじん とうふ わかめ ねぎ みそ とりにく たまねぎ ごぼう あぶら いんげん さとう しょうゆ みりん でんぶん ほうれんそう えのきだけ ねりこま ようなしかん じゃがいも ちりめんじゃこ あおのり しお むぎちや	せんべい やさしいジュース
14	金	せんべい むぎちや	クリームかけピラフ ポトフ	おからのポテサラふう ヨーグルト	アップルパン ぎゅうにゅう	こめ しお カレーこ ターメリック とりにく マッシュルーム たまねぎ にんじん ぎゅうにゅう ガラ こむぎこ あぶら パター しお なまクリーム パセリ ウィンナー キャベツ じゃがいも こしょう おから ホールコーン マヨネーズ ツナ ヨーグルト アップルパン ぎゅうにゅう	ビスケット むぎちや
15	土	かし むぎちや	チキンライス レタスのスープ	りんごかん	メープルロールパン ぎゅうにゅう	こめ ガラ とりにく あぶら たまねぎ ビーマン パブリカ しお ホールコーン こしょう パセリ ショルダーベーコン レタス ねぎ にんじん りんごかん メープルロールパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
18	火	ビスケット むぎちや	にんじんパン キャベツとツナのトマトスープ とりにくのマーマレードやき	ブロッコリーサラダ ピーチゼリー	かぼちゃおはぎ むぎちや	にんじんパン ツナ キャベツ ホルトマト ガラ しお こしょう にんじん とりにく マーマレード にんにく しょうが しょうゆ あぶら パブリカ ブロッコリー マヨネーズ ピーチゼリー こめ もちこめ きなこ さとう かぼちゃペースト むぎちや	せんべい むぎちや
19	水		むぎごはん にらととうふのすましじる さわらのみそやき	きりほしだいこんの しおこんぶいため はくとうかん	ワンタンスープ	こめ むぎ にら とうふ ねぎ しお しょうゆ さわら みそ みりん さとう しょうが あぶら きりほしだいこん いんげん にんじん しおこんぶ こま はくとうかん ワンタン ぶたにく もやし こしょう こまあぶら ガラ	19日コーンマフィン むぎちや 31日せんべい いちごとうにゅう
20	木	ビスケット むぎちや	ピビンバ丼 わかめスープ	とりにくと まめのちゅうかいため あまなつ	とうふときなこのケーキ ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく ながねぎ もやし にんじん にんにく あぶら しょうが こまあぶら みりん しょうゆ さとう あかみそ わかめ とうふ しお こま ガラ とりにく たいけみず パブリカ ビーマン たまねぎ さけ でんぶん あまなつ ホットケーキミックスこ きなこ とうふ パター ぎゅうにゅう	プリン
22	土	かし むぎちや	スパゲティナポリタン コンソメスープ	りんごかん	コーンロールパン ぎゅうにゅう	スパゲティ ポークハム たまねぎ にんじん しめじ ビーマン あぶら トマトケチャップ トマトピューレ しお こしょう オリーブオイル ショルダーベーコン しょうゆ ガラ パセリ りんごかん コーンロールパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
29	土	かし むぎちや	ちゅうかふうおこわ えのきとたまねぎのスープ	みかんかん	メロンパン ぎゅうにゅう	こめ ガラ だいこん にんじん しいたけ しょうゆ オイスターソース さとう さけ こまあぶら ホールコーン えのきだけ たまねぎ しお こしょう みかんかん メロンパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや

《3歳以上児》			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
	今月の献立	574Kcal	20.8g
	園の目標値	570Kcal	220g
《3歳未満児》			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
	今月の献立	541Kcal	19.1g
	園の目標値	510Kcal	21.0g

*材料の都合で献立を変更することがあります。

*手作り補食は変更のことがあります。



こどもの日は「端午の節句」ともいいます。「端午」とは「月はじめの午の日」（端午は、物事のはじまりという意味）のことで、「午」が「五」に通じることから、毎月5日をいうようになり、それが特に5月5日に限定されるようになりました。

こどもの日の食べ物の一つに、かしの葉でもちをくるんだ「かしわもち」があります。かしの葉は、新しい芽が育つまで古い葉が落ちないので、「子孫繁栄（家系が代々続いていく）」という縁起をかつぎ、子どもの健やかな成長を願って使われるようになったそうです。

