



令和8年度

5がつこんだてひょう



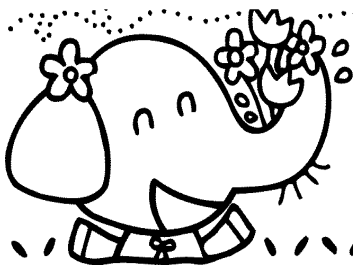
綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
1(金)	こどものひうどん チキンナゲット あおじそサラダ こどものひチーズ	油揚げ かまぼこ チキンナゲット ツナ ウインナー チーズ	油 砂糖	ねぎ キャベツ 人参 青じそ 小松菜	かぶとはるまき ぎゅうにゅう	バナナ 油 春巻きの皮 牛乳
7(木)	さかなのごまさくさくやき はるさめのいそあえ すましじる	魚 豆腐 のり 油揚げ	油 砂糖 ごま 春雨	人参 ほうれん草 ねぎ しめじ 玉ねぎ もやし	おかし スティックゼリー ぎゅうにゅう	おかし スティックゼリー 牛乳
8(金)	おべんとうの日				てづくりぱん ぎゅうにゅう	強力粉 バター イースト 砂糖 牛乳
11(月)	クリームシチュー キャベツのわふうサラダ オレンジ	鶏肉 ツナ	油 砂糖 じゃが芋	玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース キャベツ ほうれん草 オレンジ	マカロニきなこ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 塩 牛乳
12(火)	ねぎつくね すなっぶえんどうのごまあえ すましじる	鶏ミンチ肉 豆腐 油揚げ	油 砂糖 ごま	ねぎ 玉ねぎ 人参 コーン すなっぶエンドウ キャベツ もやし えのき 青梗菜	むしパン ぎゅうにゅう	小麦粉 砂糖 油 牛乳
13(水)	さかなのうめに きりぼしだいこんのもの とんじる	魚 油揚げ 豆腐 豚肉 みそ	油 砂糖 こんにやく さつま芋	梅干し 切干大根 人参 いんげん しいたけ 玉ねぎ ごぼう ねぎ もやし	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
14(木)	かんばやしじどりのからあげ もやしのあえドレサラダ はるさめスープ	鶏肉 卵 のり 豆腐 わかめ	油 砂糖 春雨	もやし 人参 小松菜 しめじ ねぎ 玉ねぎ	カルピスゼリー おかし ぎゅうにゅう	カルピス 砂糖 おかし 牛乳
15(金)	カレー マカロニサラダ キウイ	豚肉 ハム	油 じゃが芋 マカロニ マヨネーズ	人参 グリーンピース 玉ねぎ きゅうり コーン キウイ	おかし たべるいりこ ぎゅうにゅう	おかし たべるいりこ 牛乳
18(月)	てづくりぱん ミネストローネ フレンチサラダ チーズ	鶏肉 大豆 ツナ チーズ	じゃが芋 油 砂糖 強力粉 マカロニ マヨネーズ	人参 玉ねぎ しめじ トマト缶 キャベツ コーン ほうれん草	フルーツヨーグルト	ヨーグルト キウイ みかん缶 バナナ
19(火)	ぎせいとうふ ほうれんそうのおかかあえ とうにゅうみそスープ	鶏ひき肉 卵 鰹節 豆腐 豆乳 油揚げ みそ	砂糖 ごま さつま芋	しいたけ 人参 もやし ほうれん草 玉ねぎ ねぎ キャベツ	チュロス ぎゅうにゅう	小麦粉 バター 卵 砂糖 牛乳
20(水)	さかなのてんぷら そらまめいりポテトサラダ すましじる	魚 ハム 豆腐 油揚げ	油 砂糖 じゃが芋 マヨネーズ	人参 そら豆 キャベツ コーン もやし えりんぎ ねぎ	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
21(木)	ブルコギふう はるさめのちゅうかサラダ わかめスープ	牛肉 卵 ちくわ 豆腐 わかめ	油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 キャベツ にら 小松菜 もやし ねぎ しめじ	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃが芋 油 塩 牛乳
22(金)	かんばやしじどりのピカタ ブロッコリーのしおこんぶあえ みそしる	鶏肉 卵 チーズ 塩昆布 油揚げ 豆腐 わかめ みそ	油 砂糖	ブロッコリー 人参 えのき ねぎ 玉ねぎ もやし	ヨーグルト おかし	ヨーグルト おかし
25(月)	ハヤシライス げんきなサラダ オレンジ	牛肉 ツナ	油 砂糖 マヨドレ	玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース キャベツ ほうれん草 コーン オレンジ	おかし ぎょにくソーセージ ぎゅうにゅう	おかし 魚肉ソーセージ 牛乳
26(火)	はっほうさい もやしのナムル バナナ	豚肉 ハム	油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 しいたけ もやし 青梗菜 きゅうり バナナ	プリン おかし ぎゅうにゅう	プリン おかし 牛乳
27(水)	さかなのみそチーズやき ひじきのもの そうめんじる	魚 みそ チーズ ひじき 大豆 豆腐 油揚げ	油 砂糖 そうめん	人参 玉ねぎ しめじ ねぎ もやし	フルーツゼリー おかし ぎゅうにゅう	ジュース 砂糖 寒天 牛乳
28(木)	ハンバーグ ブロッコリーのごまサラダ ポトフ	合いびき肉 豆腐 ちくわ ウインナー	油 砂糖 ごま じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ ブロッコリー 人参 コーン えのき キャベツ もやし	おかし キウイ ぎゅうにゅう	おかし キウイ 牛乳
29(金)	わふうスパゲティ おひたし みそしる	鶏肉 かまぼこ みそ わかめ 油揚げ 豆腐	スパゲティ 油 砂糖 さつま芋	人参 玉ねぎ エリンギ 小松菜 もやし ねぎ キャベツ	ホットケーキ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス 卵 牛乳



- 材料購入の都合によっては変更させていただくことがあります。
- コップはまいにち持って来てください。
- お弁当の日のごはんとおかずを入れて持って来てください。また、お箸とコップを持って来てください。
- ←鶏のマークがついているメニューの時は上林地鶏を使用しています。
- ←絵本に出てくる料理やおかしを提供します





令和8年度

5月給食だより

綾東こども園

さわやかな気候の中、こどもたちの活動量が増える季節になりました。
一人ひとりの食べるペースや気持ちに寄り添い、無理なく食事が楽しめるよう見守っていきたいと思います。



スナップえんどうのすじとりのお手伝い

4月にスナップえんどうを給食に提供しました。
スナップえんどうには、すじがあり、そのすじとりをこども達にお願いしました。
やってみたいと思うこども達に、すじとりをしてもらいました。
やっていくうちに、「これは中の豆の数が多い」「大きさが違う」と量や大きさの違いに気づいたり、何回かやっていると「前のより硬い」と硬さの違いにまで気づくこどもの姿もありました。
サラダに出たスナップえんどうを見て、「これがあの豆？」と嬉しそうにしっかりと食べてくれました。



5月の絵本給食

おやつ「ホットケーキ」



絵本給食とは
☆物語に登場する料理を再現し、こども達の食への興味やたべてみたいという意欲を引き出す食育活動です。

5月は『しろくまちゃんのホットケーキ』からホットケーキを提供します。
絵本にはしろくまちゃんがホットケーキに使う材料や、食材を集めてひとりでホットケーキを作っていきます。
ホットケーキの焼く音、フライパンなどの音も入っており、出来上がるまでの過程が描かれています。最後にはお友達と仲良くホットケーキを食べて、微笑みながらお片づけをするお話となっております。