

5月の予定

月	火	水	木	金	土 (2号・ヒラソ利用者のうち 希望者のみ)
					1 ・なすとベーコンのトマトスパゲティ(スパゲティ・玉ねぎ・ なす・トマト・ベーコン・にんにく・ケチャップ・ 塩・オリーブ油) ・ウインナーと野菜のスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・ キャベツ・ウインナー・ブイオン・塩) ふかめのおさら・しるわん
3	4	5	6 避難訓練(火災) ※消防自動車見学は延期になります。	7	8 ・ジャージャー麺(中華そば・豚挽肉・玉ねぎ・人参・椎茸・ もやし・きゅうり・にんにく・生姜・鶏がら・砂糖・ しょうゆ・豆板醤・みそ) ・大根スープ(大根・人参・コーン・わかめ・鶏がら・しょうゆ)
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	・ごはん ・白身魚のフライ(たら・パン粉・小麦粉・とんかつソース) ・ひじきと春雨のサラダ(ひじき・春雨・ツナ・枝豆・しょうゆ・ 塩こしょう・ごまドレッシング) ・みそ汁(麩・わかめ・玉ねぎ・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・ごはん ・牛肉のちゃんちゃん焼き(牛肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・ えのき・白ねぎ・砂糖・酒・みりん・みそ) ・小松菜のいそ和え(小松菜・もやし・人参・もみのり・ しょうゆ・砂糖) ・すまし汁(うすあげ・しめじ・みつば・味パック・ うすくちしょうゆ・みりん) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふかめのおさら・しるわん
10 交通安全指導	11	12	13	14	15 ・肉うどん(うどん・牛肉・青ねぎ・かまぼこ・ 味パック・砂糖・みりん・しょうゆ・うすくちしょうゆ) ・キャベツとコーンのマヨサラダ(キャベツ・きゅうり・コーン・ 砂糖・酢・油・マヨネーズ・塩こしょう)
・ごはん ・魚のピザ焼き(メルルーサ・玉ねぎ・ピーマン・ マッシュルーム・牛乳・ケチャップ・チーズ) ・シーザーサラダ(大根・キャベツ・人参・ベーコン・コーン・ 食パン・シーザーサラダドレッシング) ・みそ汁(麩・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・ごはん ・里芋のみそ煮(豚肉・大根・人参・里芋・こんにやく・ ちくわ・うすあげ・味パック・砂糖・みりん・みそ) ・チンゲン菜とツナのごま酢和え(チンゲン菜・わかめ・ ツナ・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ) ・すまし汁(豆腐・しめじ・みつば・味パック・ うすくちしょうゆ・みりん) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・焼きそばサンド(バターロールパン・中華そば・豚肉・ 玉ねぎ・人参・キャベツ・焼きそばソース) ・しいたけとわかめのスープ(玉ねぎ・人参・干し椎茸・ わかめ・ベーコン・鶏がら・うすくちしょうゆ・塩) ・りんご ふる一つざら2まい・しるわん	・ごはん ・肉じゃが(牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・糸こんにやく・ 味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ・切り干し大根とツナのごま和え(きゅうり・人参・ 切り干し大根・ツナ・ごまドレッシング) ・みそ汁(うすあげ・キャベツ・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・ごはん ・麻婆豆腐(豚挽肉・玉ねぎ・白ねぎ・にら・木綿豆腐・ 生姜・にんにく・ブイオン・砂糖・甜麺醬・ケチャップ・ しょうゆ・ごま油・片栗粉) ・春雨サラダ(きゅうり・わかめ・春雨・ロースハム・ コーン・砂糖・酢・しょうゆ) ・ワンドンスープ(もやし・青ねぎ・餃子の皮・鶏がら・ ブイオン・しょうゆ・塩) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふかめのおさら・ふる一つざら
17	18 マリボサ	19 玉ねぎ掘り(3~5歳) ※園だよりで服装・持ち物の 確認をしてください。	20 キンダーカウンセリング パライソ	21 玉ねぎ掘り予備日	22 ・ほうれん草とベーコンの和風スパゲティ(スパゲティ・ 玉ねぎ・ほうれん草・えのき・ベーコン・しょうゆ・塩・油) ・キャベツとハムのクリームスープ(玉ねぎ・人参・ じゃがいも・キャベツ・ロースハム・ブイオン・ 牛乳・塩こしょう)
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふかめのおさら・しるわん
24	25	26 お誕生会	27 歯科健康診断(0~5歳)	28 内科健康診断(0~5歳)	29 ・あんかけ焼きそば(中華そば・豚肉・玉ねぎ・人参・ チンゲン菜・白菜・ちくわ・エビ・鶏がら・しょうゆ・ うすくちしょうゆ・塩・片栗粉) ・豆腐とわかめスープ(玉ねぎ・青ねぎ・豆腐・わかめ・ ごま・鶏がら・しょうゆ)
・ごはん ・肉豆腐(牛肉・玉ねぎ・人参・白ねぎ・糸こんにやく・ 木綿豆腐・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ・チンゲン菜の海苔和え(チンゲン菜・もやし・人参・ もみのり・しょうゆ・砂糖) ・みそ汁(麩・しめじ・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・ごはん ・チャブチエ(豚肉・人参・たけのこ・チンゲン菜・春雨・ ごま油・生姜・ブイオン・砂糖・酒・しょうゆ・ごま) ・キャベツとちくわのみそマヨ和え(キャベツ・きゅうり・ ちくわ・ごま・白みそ・砂糖・酢・マヨネーズ) ・わかめスープ(玉ねぎ・わかめ・ごま・鶏がら・しょうゆ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・バターパン ・チキンマカロニグラタン(鶏肉・玉ねぎ・人参・ マッシュルーム・マカロニ・バター・牛乳・ホワイトソース・ パン粉・チーズ) ・白菜スープ(白菜・玉ねぎ・コーン・ウインナー・ ブイオン・しょうゆ) ふる一つざら2まい・しるわん	・ごはん ・白身魚のかわり揚げ(メルルーサ・片栗粉・玉ねぎ・ 砂糖・酢・しょうゆ・油) ・ほうれん草とハムのマヨネーズ和え(ほうれん草・ ロースハム・コーン・マヨネーズ) ・みそ汁(うすあげ・かぼちゃ・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	・親子丼(米・鶏肉・玉ねぎ・青ねぎ・ちくわ・卵・混合だし・ 砂糖・しょうゆ) ・海藻サラダ(きゅうり・人参・ひじき・わかめ・ツナ・すりごま・ 砂糖・酢・しょうゆ・ごま油) ・すまし汁(小松菜・大根・みつば・味パック・ うすくちしょうゆ・みりん) ふる一つざら・ふかめのおさら・しるわん	ふかめのおさら・しるわん
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら・ふかめのおさら・しるわん	ふかめのおさら・しるわん
31 ・ごはん ・鶏もも肉のトマト煮(鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ にんにく・ブイオン・トマト・ケチャップ・塩こしょう) ・マカロニサラダ(きゅうり・人参・ロースハム・ マカロニ・マヨネーズ) ・みそ汁(ほうれん草・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ) ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん					

5月の栄養価平均
熱量 422kcal
たんぱく質 14.1
g

