



5月のこんだて

R3. 4. 23

太田東保育園

日 曜日	1・2才児		副 食	お や つ	エネルギー(kcal)		行 事 予 定	メ モ
	午前おやつ	主食			0.1.2才	3.4.5才		
1 土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	422	468		<p>5月5日はこどもの日</p>  <p>お日様が出ると夏のような暑さを感じますが、五月のさわやかな風が心地よいですね。気温の上がり下がりが多いので体調を崩しやすくなっています。しっかり食べて、体力をつけましょう。</p> <p>春野菜のおいしい時期です。春キャベツは巻きが緩く、葉も柔らかいので、生食でも甘くておいしいです。他にも筍やアスパラガスなどおいしいものがいっぱいあります。食材に見て触れて、味わって、季節を感じてみませんか</p> 
6 木	アスパラガス、お茶	ごはん	豚肉の八幡巻き、アメリカンサラダ、ミニトマト、スープ	おかき、オレンジ	536	581		
7 金	プリン、こざかな	〃	筍ごはん、肉団子の甘辛煮、五目ナムル、スープ	かしわもち、牛乳	611	629		
8 土	おかき、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	338	369		
10 月	チーズ、お茶	ごはん	チキンピカタ、大豆のケチャップ煮、おなかブロッコリー、スープ	マーブル蒸しパン、牛乳	500	552	身長体重測定	
11 火	クッキー、お茶	わかめごはん	コロケ、千切りキャベツ、ミニトマト、五目みそ汁	たこ焼き、ヤクルト	428	478	避難訓練	
12 水	おかき、お茶	パン	フィッシュシチュー、春雨の和え物、いちご	ゼリー、えびせん	473	539		
13 木	Caせんべい、お茶	ごはん	親子煮、じゃが芋のカレー揚げ、塩きゅうり、みそ汁	ほうれん草の白玉団子、牛乳	524	584	尿検査	
14 金	ビスコ、お茶	〃	ニラ豚混ぜごはん、ホタテ風フライ、ポテトサラダ、スープ	おかき、いちごシェイク	510	553		
15 土	おかき、お茶	めん	焼きそば、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	485	553		
17 月	ベジタべる、お茶	ふりかけごはん	豆腐ハンバーグ、ウィンナー入り野菜炒め、ミニトマト、スープ	胚芽クッキー、牛乳	500	586		
18 火	ブリッツ、ジョア	ごはん	鮭の塩焼き、切り干し大根の煮付け、浅漬け、みそ汁	ひじきせんべい、りんごジュース	490	442		
19 水	おかき、お茶	〃	チキンカレー、コーンサラダ、福神漬け、オレンジ	アメリカンドック、牛乳	664	765		
20 木	ヨーグルト、レーズン	〃	手作り春巻き、ほうれん草ともやしのナムル、ミニトマト、スープ	ピザ風お好み焼き、野菜ジュース	468	495		
21 金	ビスケット、お茶	〃	新じゃがの含め煮、野菜入り納豆、昆布マヨブロッコリー、みそ汁	ブラジルパン、牛乳	558	574		
22 土	おかき、お茶	めん	うどん、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	388	417		
24 月	えびせん、お茶	ごはん	ささみのチーズフライ、コンビネーションサラダ、みそ汁	おやつ焼きそば、牛乳	514	578		
25 火	野菜かりんとう、お茶	〃	さばの味噌煮、ひじきの炒め煮、塩きゅうり、かき玉汁	インドサモサ、ジョア	537	591		
26 水	チーズ、お茶	めん	ラーメン、ぎょうざ、ブロッコリーサラダ、オレンジ	黒ゴマカップケーキ、牛乳	477	579		
27 木	ルヴァン、お茶	ごはん	五目豆腐煮、エビシューマイ、ごまマヨブロッコリー、中華風コーンスープ	おふのラスク、牛乳	540	671		
28 金	おかき、お茶	〃	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	フルーツヨーグルト、ブリッツ	523	544		
29 土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	424	470		
31 月	とんがりコーン、ジョア	ごはん	鶏肉の照り焼き、マカロニグラタン風煮、塩きゅうり、スープ	かぼちゃ饅頭、りんごジュース	561	576		