

5月のこんだて

R4. 4. 25 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		
2	月	ブリッツ、お茶	ごはん	ニラ豚混ぜごはん、チキンナゲット、スパゲティーサラダ、スープ	じゃがバター、ヤクルト	512	560		<p>5月5日は こどもの日</p>  <p>晴れれば暑く、冷えると ぶるっとしてしまうこの時期 気温差で体調も崩しやすく なりますね。しっかり食べて 体力をつけておきましょう。</p> <p>春野菜がおいしい時期になり ました。ふんわりと柔らかい 春キャベツや、生でもおい しい新玉ねぎ、しっとりとし た新じゃが芋はいつもとは 一味違うおいしさです。他 にも筍やアスパラガスなど おいしいものがいっぱい です。食材を見て、触れて、 味わって季節を感じてみま せんか？</p>
6	金	えびせん、お茶	ごはん	鯖の塩焼き、大根サラダ、昆布マヨブロッコリー、かき玉汁	チーズパイ、ぶどうジュース	403	420		
7	土	おかき、お茶	めん	うどん、牛乳、果物	おにぎり、お茶	323	336		
9	月	ゼリー、ごさかな	ごはん	筍ごはん、肉団子の甘辛煮、きゃべつともやしのナムル、スープ	ととやき、牛乳	470	535	花まつり	
10	火	ビスケット、お茶	ごはん	豚肉といとこの卵とじ、じゃが芋のカレー揚げ、塩きゅうり、みそ汁	たこ焼き、オレンジジュース	484	499	身長体重測定	
11	水	おかき、お茶	パン	フィッシュシチュー、春雨の和え物、オレンジ	中華ごま団子、牛乳	519	672		
12	木	ハーベスト、お茶	ごはん	手作り春巻き、コールスローサラダ、ミニトマト、みそ汁	かぼちゃ饅頭、りんごジュース	467	505		
13	金	おかき、お茶	ごはん	栄養きんぴら、味付け玉子、きゅうりとわかめの酢の物、スープ	フルーツヨーグルト、プリン	405	409	避難訓練	
14	土	おかき、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	おにぎり、お茶	315	339		
16	月	とんがりコーン、ヤクルト	ふりかけごはん	コロケ、ひじきのサラダ、ミニトマト、みそ汁	おかき、豆乳バナナ	493	520		
17	火	ベジタベル、お茶	ごはん	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	623	732	食育の日	
18	水	チーズ、お茶	わかめごはん	中華風厚揚げの煮物、エビシューマイ、塩きゅうり、中華風コーンスープ	オートミールクッキー、牛乳	588	707		
19	木	サッポロポテト、お茶	ごはん	ハンバーグ、野菜炒め、おかかブロッコリー、スープ	豆乳プリン、えびせん	483	538	尿検査	
20	金	Caせんべい、お茶	ごはん	新じゃが芋の含め煮、切り干し入り納豆、浅漬け、みそ汁	たまごケーキ、牛乳	493	528	金山遠足(年長)	
21	土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	パン、お茶	414	457		
23	月	ルヴァン、お茶	ごはん	鶏肉の照り焼き、じゃが芋のベーコン炒め、アスパラガスのおかか和え、スープ	きなこ白玉、牛乳	518	605		
24	火	ヨーグルト、レーズン	ごはん	鯖の塩焼き、切り干し大根の煮付け、塩きゅうり、みそ汁	ピザ風お好み焼き、野菜ジュース	423	449		
25	水	野菜かりんとう、お茶	めん	ラーメン、ぎょうざ、ブロッコリーサラダ	おかき、オレンジ	332	393		
26	木	おかき、ジョア	ごはん	ささみのチーズフライ、干切りきゃべつ、五目みそ汁	ゼリー、たべっこ動物	510	490		
27	金	アスパラガス、お茶	ごはん	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	シュガートースト、牛乳	573	682	交通安全教室	
28	土	おかき、お茶	めん	焼きそば、スープ、牛乳、果物	おにぎり、お茶	343	375		
30	月	チーズ、お茶	ごはん	白身魚のマヨネーズ焼き、ひじきの炒め煮、塩きゅうり、みそ汁	クッキー、トマトジュース	391	407		
31	火	ビスコ、お茶	ごはん	ポークカレー、フレンチサラダ、福神漬け、オレンジ	黒ゴマカップケーキ、牛乳	520	581		