

5月行事・献立予定

令和6年度

溝口保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水	身体測定（以）	豆腐ハンバーグ レタスサラダ チーズ コンソメスープ グレープフルーツ	豆腐 牛肉 豚肉 玉ねぎ レタス キャベツ きゅうり チーズ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン パセリ グレープフルーツ	牛乳 ロールパン	ホワイトボンチ
2	木	身体測定（末）	鮭の蒸し焼き ブロッコリーのお浸し 豆腐のみそ汁 パイン	鮭 玉ねぎ 人参 えのきだけ バター チーズ パセリ ブロッコリー 人参 豆腐 わかめ 玉ねぎ パイン	牛乳 ビスケット	牛乳 きらず揚げ
7	火		肉うどん ほうれん草のおかか和え ウインナー オレンジ	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ かまぼこ ほうれん草 人参 もやし かつお節 ウインナー オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 フライドポテト
8	水	運動教室（そう）	肉じゃが ほりほりごぼう キャベツのスープ いちご	豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 さやいんげん ごぼう 玉ねぎ キャベツ ベーコン いちご	牛乳 サンドビスケット	飲むヨーグルト ビスケット
9	木	生活安全指導 保育参加日	マカロニグラタン ほうれん草のお浸し 花麩のすまし汁 オレンジ	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー チーズ ほうれん草 キャベツ 人参 しらす 花麩 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 赤ちゃんせんべい	おにぎり
10	金	園外保育 布団持ち帰り	お弁当の日		ジュース 菓子	アイスクリーム 0.1歳 オレンジゼリー
11	土				牛乳 ビスケット	フルーツジュース せんべい
13	月		焼きそば 焼きししゃも ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ パナナ	中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 青のり ししゃも ブロッコリー 小松菜 人参 玉ねぎ 卵 パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 ツナトースト
14	火	交通安全指導	揚げ餃子 ポイル野菜 中華スープ オレンジ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ブロッコリー 人参 ベーコン もやし 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 カップケーキ
15	水	誕生会	おめでどうランチ	ベーコン 玉ねぎ 人参 鶏肉 玉ねぎ 豚肉 スパゲティ パセリ じゃが芋 人参 きゅうり ハム パイン	りんごジュース	フルーツプリン
16	木	園外保育（うさぎ組）	ポークカレー コールスローサラダ いちご	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 南瓜 キャベツ 人参 きゅうり コーン いちご	牛乳 ソフトあられ	牛乳 スナップエンドウ
17	金	保育参加日 運動教室（ぱんだ）	焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 油揚げの味噌汁 パナナ	鯖 ブロッコリー 切り干し大根 人参 さつま揚げ さやいんげん 油揚げ ほうれん草 玉ねぎ パナナ	牛乳 赤ちゃんせんべい	ヨーグルト ウエハース
18	土				牛乳 せんべい	フルーツジュース クラッカー
20	月		ミートソーススパゲティ 野菜サラダ コンソメスープ パイン	スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ パセリ チーズ レタス キャベツ きゅうり ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン パイン	牛乳 レーズンパン	牛乳 じゃが餅
21	火	食育の日 保育参加日	★鮭のパン粉焼き マカロニサラダ 豆乳スープ いちご	鮭 オリーブ油 パン粉 チーズ マカロニ きゅうり 人参 ハム じゃが芋 人参 キャベツ 玉ねぎ パセリ 豆乳 いちご	牛乳 米菓子	牛乳 ★レーズンスコーン
22	水	運動教室（きりん）	キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け チーズ ほうれん草のすまし汁 オレンジ	豆腐 豚肉 納豆 玉ねぎ 人参 ねぎ 生姜 ブロッコリー ごま チーズ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 えのき 卵 オレンジ	牛乳 クラッカー	フルーツ ヨーグルト
23	木		白身魚のフライ 伴三条 小松菜の味噌汁 パナナ	おひょう 春雨 人参 きゅうり ハム もやし 卵 小松菜 玉ねぎ ねぎ パナナ	牛乳 ソフトあられ	牛乳 バターサンド
24	金	避難訓練 引き渡し訓練 布団持ち帰り	鶏肉のレモン煮 きゅうりの即席漬け 青のりポテト キャベツの味噌汁 パイン	鶏肉 レモン きゅうり 人参 じゃが芋 青のり 玉ねぎ 人参 キャベツ パイン	牛乳 パナナ	豆乳 せんべい
25	土				牛乳 クラッカー	フルーツジュース せんべい
27	月	保育参加日	にゅうめん ウインナー スティック野菜 パナナ	そうめん ほうれん草 人参 玉ねぎ 椎茸 卵 ウインナー きゅうり 人参 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 バームクーヘン
28	火	尿検査	鮭のバター焼き ブロッコリーの胡麻ドレッシング和え 野菜のコンソメスープ オレンジ	鮭 バター ブロッコリー きゅうり 人参 コーン ごま ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 おからケーキ
29	水	尿検査	豆腐のふわふわ揚げ ごぼうのきんぴら いんげんのおかか和え キャベツの味噌汁 パイン	豆腐 豚肉 ねぎ 生姜 高野豆腐 パン粉 ごぼう 人参 ごま油 いんげん かつお節 キャベツ ねぎ 人参 パイン	牛乳 クラッカー	牛乳 せんべい
30	木		しゅうまい ナムル キャベツの中華スープ オレンジ	豚肉 玉葱 ねぎ きゅうり もやし 人参 ごま キャベツ 玉ねぎ 人参 ベーコン オレンジ	牛乳 クッキー	豆乳 スイートラスク
31	金		鶏のから揚げ ブロッコリーサラダ 豆腐の味噌汁 パイン	鶏肉 生姜 ブロッコリー 人参 キャベツ 豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ パイン	牛乳 ポーロ	牛乳 ビスケット

おめでどうランチ・・・カレーピラフ かぶとハンバーグ スパツテー コロコロサラダ パイン

食育の日のサンプル展示は4歳児です。4歳児の主食（ご飯）の量は110gです。

今月の果物はバナナ、オレンジ、いちご、グレープフルーツ、パインを予定しています。★印は新メニューです。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。