

給食だより



5月



5月になりました。新年度が始まって一ヵ月、新しいおともだちもゆりかご保育園に慣れてきたのではないかと思います。今日は同年齢での遠足を予定しています！

お弁当のづくり方をよろしくお願いします。

2025、5、1 ゆりかご保育園

		主 食	副 食	午後のおやつ
1	木	ごはん	けそ汁(キャベツ・豆腐) 魚の照り焼き 大根キンピラ	パンゼン 黒ごまクッキー 果物
2	金	ごはん	けそ汁(大根・人参) 豆腐の白ゆき 秋のたけのこ	サザレ 中華風かき揚げ 果物
7	水	クロマゼラン	けそ汁(ササガ・玉ねぎ) ホウレン草のゆき じゃがいものきんぴら	二色せんべい ぶち切りさつま揚げ 果物
8	木	ごはん	けそ汁(白身・わかめ) アボカド豆腐 じゃがいもマヨネーズあん	星のせんべい レーズン(ポンケーキ) 果物
9	金	本州風スパゲティ	干 草煮	きんぎょのスコーン 煮み
10	土	ファンタジーうどん	高野豆腐とわかめの煮物 甘酢大根	おかし 果物
12	月	ごはん	けそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)小松菜のあん 火炙り魚(サバ) 七草大根のきんぴら	おみせ パンのトマトソース 果物
13	火	パン	グリーンカレー チリコンカン プルコッタ・マヨネーズ	じゃんぱんせり 果物
14	水	フキごはん	清汁(豆腐・水菜) 甘酢あん 人参 野菜のたっぷり炒め じゃがいも	7年スライツ セリー 煮み
15	木	ごはん	けそ汁(大根・人参) 白身のりあん 魚の生煮え じゃがいものきんぴら	きんぎょせんべい じゃがいも 果物
16	金	スパゲティ ミートソース	ほうちん草ともやしのかき揚げ	おみせ フライドポテト 果物
17	土	きりたんぽ	とり肉と野菜の煮物 トマト	おかし 果物
19	月	ゆかりごはん	けそ汁(キャベツ・厚揚げ) ホウレン草のゆき 大根と梅干しのきんぴら	パンゼン じゃがいも 果物
20	火	パン	2年ポテト チーズトースター 人参グラッセ	サザレ カレーポテト 煮み
21	水	ひよこめごはん	けそ汁(ササガ・玉ねぎ) じゃがいも豆腐 小松菜マヨネーズ	おみせ かつおケーキ 果物
22	木	ごはん	けそ汁(白身・人参) じゃがいも 魚の生煮え じゃがいものきんぴら	パンゼン 黒ごまスコーン 果物
23	金	ツナカレー	チーズかき揚げ	うの花あげ 五平もち 果物
24	土	あんかけうどん	草の煮、ころかし 甘酢大根	おかし 果物
26	月	ごはん	けそ汁(大根・玉ねぎ) サバの照り焼き じゃがいものきんぴら	二色せんべい じゃがいも 果物
27	火	パン	ポテトローチ ポークチャップ アスパラと2年の バター	おみせ じゃがいも 果物
28	水	ごはん	けそ汁(白身・わかめ) とり肉と豆腐のけそ汁 ほうれん草	じゃがいも じゃがいも 果物
29	木	ごはん	けそ汁(豆腐・玉ねぎ) 火炙り魚(サバ) じゃがいものきんぴら	おみせ ドーナツ 果物
30	金	スパゲティ チキンソース	コロコロかき揚げ	7年スライツ じゃがいも 果物
31	土	味噌うどん	大根と厚揚げの煮物 甘酢じゃがいも	おかし 果物

5月の予定

(4日(水))

5月の
お誕生会



気を付けたい
ポイント!!

ミニトマト、うすらの卵、
粒の大きいぶどう等は
ツルツルと食べやすいが
恐れがある食品です。
使用の際ははたき
に包みこんで使用する
しましょう。

＜お弁当のいたみにくい調理のポイント＞

主食について：炊きあがりごはんなどはいたみやすいので避け、おにぎりを作る際はラップに包んでにぎりましょう。

おかずについて：細菌は、水分があると繁殖します。調理法を

「炊め物」や「揚げ物」などにして汁を切り、おかずごとにならべて詰めましょう。

★中心までしっかり火を通し、あら熱を取ってから詰め、冷ましてから食べるようにしましょう。