月	火	水	木	金	土
22日(木) ローズ・サクラ組さん はお弁当Dayです	ちゅうしょく あかいじはあたらしい メニューです	ごもくやしそば じゃがいもの オイルむし ピーチコンポート コンソメスープ	こいのぼりランチ おみやげに おかしがあります	けんぽうきねんび	
☆献立は食材により 変更する場合があります	みまんじ10じのおやつ	スキムミルク	りんごジュース	みまんじさんは ととやきがでます	
5 こどものひ	6 ふりかえきゅうじつ	7 ませこみいなり とりにくとだいこんの にもの みそしる	8 ゴマロール とうふのつくねあげ ブロッコリーの おかかあえ すましじる	9 タンタンうどん わかめのあえもの ヨーグルト	10 ベーコンピラフ やさいサラダ
12 おいわいランチ このひはほいくえん のたんじょうびです！ おせきはんでおいわ います☆	13 スパゲッティー ミートソース チキンナゲット ひとくちゼリー コンソメスープ	14 ごはん おやこに なっとう すましじる	15 ロールパン さけのマヨネーズやき にんじんサラダ コンソメスープ	16 しらすバターしょうゆ ごはん ブロッコリーのソテー みそしる	17 ツナピラフ やさいソテー
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	むぎちや
ミルクレーブケーキ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	スキムミルク そらまめ・せんべい ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ひきにくに	スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに	スキムミルク みかんヨーグルト おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク マドレーヌ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	むぎちや かし やさいジュース やさいいりおかゆ にざかな
19 ごまなめし ごもくひじきに みそしる	20 とうふプレート マトウダイの たつたあげ もやしのナムル すましじる	21 ワンプレートごはん ジンジャーポーク ちくわとやさいの きんぴら みそしる	22 ロールパン ジャーマンポテト はるさめサラダ コンソメスープ	23 カレーうどん もやしのサラダ ぶどうゼリー	24 ませごはん にもの
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	むぎちや
コンフェ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに	スキムミルク ぎゅうにゅうかん おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク チーズむしケーキ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ひきにくに	スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	スキムミルク むしパン ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・にざかな	むぎちや かし りんごジュース やさいいりおかゆ ふに
26 きのこバターしょうゆ スパゲッティー ハッシュドポテト ヨーグルト ちゅうかスープ	27 グリーンピースごはん こまつなとぶたにくの わふういため みそしる	28 ごはん ホキのこうみやき ほうれんそうと しめじのいためもの みそしる	29 マーブルパン チキンなんばん ちゅうかあえ すましじる	30 こめこパン ミートボールのトマトに ブロッコリー コンソメスープ	31 ツナピラフ やさいサラダ
スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	むぎちや
カレーケーキサレ ぎゅうにゅう くたくたうどん やさいに・ひきにくに	スキムミルク ワッフル ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに ふに	スキムミルク かし ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに にざかな	スキムミルク バナナ ぎゅうにゅう おかゆ・やさいに とうふに	スキムミルク ホイップヨーグルト おかゆ・やさいに ひきにくに	むぎちや かし やさいジュース やさいいりおかゆ にざかな

給食だより

千波保育園 ~令和7年度 5月号~
○給食室 長谷川・生井・富田・砂川

5月の目標

食事の あいさつをしよう

新年度が始まって1ヶ月が経ちました。新しいクラスでの生活と、みんなと食べる給食もだんだん慣れてきた頃でしょうか(^)
疲れも出てくる時期なので、体調管理には十分に気をつけて生活していきましょう！

柏餅

5月5日はこどもの日です。こどもの日には柏餅を食べる習慣があります。柏は新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良いものであり、また葉の強い香りが邪気を払ってくれると言われていいます。鯉のぼりを眺めながら、おいしい柏餅を食べてこども日を楽しんでください。保育園では2日の給食で、「鯉のぼりランチ」があります。15時のおやつでは以上児クラスで柏餅がでます♪

グリーンピース

グリーンピースがおいしい季節になりました！子ども達が嫌がりがちな食材ですが、グリーンピースにはたんぱく質・カロテン・ビタミンC・食物繊維が多く含まれています。これらは免疫力を高め新陳代謝を円滑にし、風邪予防や便秘改善に役立ってくれます。一般的にグリーンピースは冷凍食品や缶詰に加工されたものを使っていますが、旬の季節に取ったばかりのグリーンピースはとてもおいしく頂けるので、いろんな料理に使ってみてください！保育園でも旬のグリーンピースを使った「グリーンピースご飯」が出るので、楽しみにしててください(^)/

筍ご飯食べました！

4月25日の給食で「筍ご飯」を食べました。今が旬の筍を使い、下処理から調理をしました。筍ご飯には筍以外にも、にんじん・鶏挽肉・干し椎茸・油揚げが入っており、具たくさんのできました♪子どもたちが食べている様子を見てみると、あっという間に筍ご飯がなくなり、おかわりをする姿が見られました。子どもたちからも「おいしい！」という言葉も聞けて、とても嬉しい気持ちになりました。保育園ではこれからも旬の食材を使った給食を、提供していきたいと思えます。