

## ~もりのキッチン~



大   大   大   大   大   大   大   大   大   大	
豚肉のゴマ味噌炒め もやしのナムル すまし汁 果物   早物   9時   クラッカー   9時   9時   クラッカー   9時   クラッカー   9時   クラッカー   3時   3時   3時   パナナケーキ   3時   かぶとパイ   3時   3時   でが芋入り麻婆豆腐   キャベツのゆかり和え   コンソメスープ   大根の煮付け   でぼうの金ュンソメスープ   東物   果物   果物   果物   果物   果物   果物   果物	
10   11   12   15   和子遠足   16   17   17   17   17   17   17   17	
10   10   10   10   10   10   10   10	
果物   果物   果物   果物	
果物	
3時     3時     3時     3時     がぶとパイ     3時       5     7     甘辛いりこ     8     9     10       ソーセージ入り卵焼き キャベツのゆかり和え コンソメスープ 果物     ごぼうの金型 味噌汁 果物     切干大根の煮付け 味噌汁 果物     味噌汁 果物     味噌汁 果物     果物       9時     9時     あられ     9時     ボーロ     9時     かりんとう     9時     ビスコンソメスープ ・味噌汁 果物     10       3時     3時     3時     ボーロ     9時     かりんとう     9時     ビスコ ・パン       3時     3時     3時     うぐいす蒸しパン     3時     ミルククリームバン     3時     パン       12     手作りふりかけ     13     14     甘辛いりこ     15     親子遠足     16	<u>r</u>
5   6   T 甘辛いりこ   8   9   10     ソーセージ入り卵焼き キャベツのゆかり和え コンソメスープ 果物   切干大根の煮付け 味噌汁 果物   坂中 大根の煮付け 味噌汁 果物   味噌汁 果物     9時   がりみとう   9時   がりんとう   9時   がりんとう   9時   がりんとう   9時   がりんとう   9時   がりんとう   9時   がりんとう   9時   ボーロ   9時   がりんとう   9時   ボーロ   9時   がりんとう   9時   ボーロ   9時   がりんとう   9時   パン   12   手作りふりかけ   13   14   甘辛いりこ   15   親子遠足   16   17	<u> </u>
ソーセージ入り卵焼き キャベツのゆかり和え コンソメスープ 果物     じゃが芋入り麻婆豆腐 毎フライのタルタルソースかけ 切干大根の煮付け 味噌汁 果物     豚井 ごぼうの金型 味噌汁 果物       9時     9時     ボーロ     9時     かりんとう     9時     ビスコンソメスープ 明本     日本のりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよりのよ	<u>r</u>
キャベツのゆかり和え コンソメスープ 果物     三色ピーマンのおかか和え ワカメスープ 果物     切干大根の煮付け 味噌汁 果物     ごぼうの金型 味噌汁 果物       9時     9時     あられ     9時     ボーロ     9時     かりんとう     9時     ビスコンソメスープ 味噌汁 果物       3時     3時     3時     3時     ボーロ     9時     かりんとう     9時     ビスコンコームパン     3時     パン       12     手作りふりかけ     13     14     甘辛いりこ     15     親子遠足     16     17	F
12 手作りふりかけ     13     キャベツのゆかり和え コンソメスープ ワカメスープ 県物 果物 果物 果物 果物 果物 ま物 まかりんとう 9時 ビスコンソメスープ スティック	F
果物   果物   果物   果物   果物     9時   9時   9時   ボーロ   9時   かりんとう   9時   ビスコ     3時   3時   3時   うぐいす蒸しパン   3時   ミルククリームパン   3時   パン     12   手作りふりかけ   13   14   甘辛いりこ   15   親子遠足   16   17	
9時   9時   あられ   9時   ボーロ   9時   かりんとう   9時   ビスコ 3時     3時   3時   3時   焼き大福   3時   ラぐいす蒸しパン   3時   ミルククリームバン   3時   パン     12   手作りふりかけ   13   14   甘辛いりこ   15   親子遠足   16   17	
3時 3時 焼き大福 3時 うぐいす蒸しパン 3時 ミルククリームバン 3時 パン 12 手作りふりかけ 13 14 甘辛いりこ 15 親子遠足 16 17	
12 手作りふりかけ 13 14 甘辛いりこ 15 親子遠足 16 17	1
編肉のマーマレード焼き・スナップエンドゥ 高野豆腐の中華風煮 チャーチュン 魚のピザソース焼き タコライス	
春野菜の和え物 じゃこサラダ 厚揚げとこんにゃく煮 小松菜のウィンナー炒め 小松菜のおか	\か和え
味噌汁 中華スープ 味噌汁 コンソメスープ ワカメスープ	•
果物                 果物            果物	
9時 ビスケット 9時 クラッカー 9時 クッキー 9時 9時 せんべい 9時 あられ	ι
3時 豆乳もち 3時 ヨーグルトケーキ 3時 ソーセージロール 3時 3時 じゃが丸くん 3時 カスラ	<del>-</del> ラ
19 手作りふりかけ 20 煮豆 21 パン 22 23 24	
魚のオニオンマヨ焼き・トマト 豆腐の五目炒め レバー入りハンバーグ・スナップエンドウ 豆腐のまり揚げ・人参グラッセ 野菜カレー 中華丼	
ハリハリサラダ ゆかりポテト 春雨サラダ 切干ナポリタン 福神漬け キャベツの塩!	昆布和え
味噌汁 卵スープ コンソメスープ 味噌汁 切昆布の当座煮 味噌汁	
果物      果物     果物     果物	
9時 ビスコ 9時 クッキー 9時 せんべい 9時 ウエハース 9時 サブレ 9時 クラッ	カー
3時 スコーン 3時 黒糖饅頭 3時 青菜のおにぎり 3時 みたらしじゃが団子 3時 塩ちんすこう 3時 パン	
26 27 ししゃも 28 手作りふりかけ 29 30 31	
大豆入りひじきの油炒め 五目蒸し卵 蒸し鶏の中華ソースかけ 魚の香草パン粉焼き 元気ナゲット・モ切りキャベッ 鮭と卵のちら	ı 丰 曰
マカロニサラダ じゃがチーズ ひじきの煮物 じゃが芋金平 ワカメと胡瓜の酢の物 キャベツのツ	のし 野 可
▼すまし汁 味噌汁 中華スープ 味噌汁 味噌汁 すまし汁	
果物   果物   果物   果物   果物   果物	
	/ナ和え

- ★献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。
- ★主食はごはん・パンです。
- ★おやつ時の飲み物は、牛乳です。
- ★甘辛いりこ・手作りふりかけ・かえりいりこ・煮豆・ししゃもでカルシウムを強化しています。

5月5日は端午の節句「こどもの日」です。健やかな成長を願い、保育園では2日(金)のおやつに「かぶとパイ」を食べてお祝いをします。

## 春の旬の野菜を味わってみませんか?

★春キャベツ★ ★新玉葱★

みずみずしくて柔らかく、ビタミンCが豊富。ふわっとして、丸みがあるものが美味しいです。

肉厚で柔らかく、みずみずしいのが特徴です。血液をサラサラにしてくれます。

★たけのこ★ 食物繊維が豊富なので、便秘予防・肥満防止の効果があります。

旬の野菜は美味しさはもちろんのこと、栄養価が高いのが特徴です。保育園では、その時期でしか味わえない旬の食材を使用した食事作りを心掛けています。旬だからこそ感じられる見た目や、香りなども楽しんでみてくださいね。