



給食だより



2022年度
桂ぶどうの木こども園

新年度がスタートして、早くも1ヶ月が経ちました。少しずつ新しい環境にも慣れ、こどもたちの笑顔も増えたように感じられます。季節の変わり目となりますので、体調管理に充分注意しながら元気に過ごしていきましょう。こどもたちにとって給食の時間が楽しい時間になってほしいと思います。思いながら調理しています。好き嫌いせず、色々な食材を食べましょう。

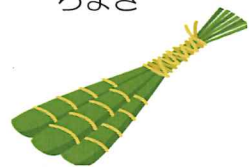


端午の節句



5月5日は「こどもの日」ですが、昔は「端午の節句」として、こいのぼりや武者人形を飾り、菖蒲のお湯に浸かってこどもの成長を祝います。この節句に食べられるお菓子にちまきや柏餅があります。

ちまき



中国から伝えられた端午の節句のお供え物で、笹でもち米を包んで作ります。



かしわもち



新しい葉が出るまで古い葉が落ちないという柏の葉でくるんだ縁起物のもち菓子です。江戸時代に登場しました。

おやつレシピ紹介

豆腐入り焼きドーナツ
6個分くらい

材料

- 絹ごし豆腐 90g
- ホットケーキミックス 100g
- 卵 M 1個
- 砂糖 大さじ1



すべてをなめらかになるまで混ぜ、型に流しいれて180℃のオーブンで15~20分焼き粗熱が取れたら外し、出来上がり。お好みでココアや抹茶味にしてもおいしいよ。

5月の予定献立

2022年度
桂ぶどうの木こども園

日付	曜日	昼食	材料	おやつ
2 16 30	月	・ご飯 ・鯖の塩麹焼き ・おからのポテサラ ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・さわら(塩麹) ・じゃが芋、おから、ベーコン、人参、胡瓜(マヨドレ、酢、塩胡椒) ・人参大根、葱(味噌)	・牛乳 ・マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、砂糖、塩)
17 31	火	・ご飯 ・チャプチェ ・厚揚げのカレーマヨ焼き ・わかめスープ	・精白米、胚芽米 ・春雨、豚肉、玉葱、人参、もやし、にら(砂糖、醤油、みりん、酒、ごま油、胡麻二シソ) ・厚揚げ(カレー粉、マヨドレ、片栗粉) ・ワカメ、エノキ、胡麻(塩、鶏ガラ)	・牛乳 ・チーズ蒸しパン (チーズ、ホットケーキミックス、砂糖、豆乳、油)
18 お誕生日 参観の日	水	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・マカロニサラダ・りんご ・コンソメスープ	・精白米、胚芽米 ・鶏肉(醤油、みりん、酒、にんにく、生姜、片栗粉、油) ・マカロニ、ハム、人参、胡瓜、キャベツ(マヨドレ、塩胡椒) ・コーン(コンソメスープの素、コンソメ、牛乳)・りんご	・牛乳 ・プリンアラモード (プリンミックス、牛乳、寒天、ホイップクリーム、みかん)
19	木	・パン ・ブラウンシチュー ・キャベツとみかんのサラダ	・パン ・豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー(シチュールー、砂糖、油) ・キャベツ、人参、みかん缶、胡瓜(青じそドレッシング)	・牛乳 ・おにぎり (胚芽米、精白米、ふりかけ)
6 20	金	・ご飯 ・竹輪のオーロラチーズ焼き ・ラーメンサラダ ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・竹輪(ケチャップ、マヨドレ、粉チーズ、パセリ) ・中華麺、ツナ、人参、胡瓜、レタス、トマト(胡麻ドレッシング) ・麩、玉葱、人参(味噌)	・牛乳 ・バナナ ・お菓子 
7 21	土	・中華丼 ・果物 ・春雨スープ	・精白米、胚芽米、豚肉、蒲鉾、人参、キャベツ、もやし (鶏ガラ、塩胡椒、片栗粉、にんにく、生姜、ごま油)・果物 ・春雨、人参、ニラ(鶏ガラ、塩胡椒)	・牛乳 ・お菓子
9 23	月	・ご飯 ・野菜炒め ・トマト ・コンソメスープ	・精白米、胚芽米 ・豚肉、キャベツ、人参、玉葱、しめじ、もやし(鶏ガラ、醤油、オイスターソース) ・トマト(塩) ・玉葱、人参、じゃが芋(コンソメ)	・牛乳 ・チーズトーストサンド (食パン、チーズ)
10 24	火	・ひき肉のハヤシライス ・南瓜のサラダ	・精白米、胚芽米、豚ミンチ、玉葱、人参、じゃが芋、しめじ、トマト缶(ハヤシルー、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、油) ・南瓜、人参、胡瓜、ハム(マヨドレ、ヨーグルト)	・牛乳 ・ヨーグルト ・お菓子
11 25	水	・ご飯 ・鯖のポン酢焼き ・ブロッコリーナムル ・味噌汁	・精白米、胚芽米 ・鯖(塩、酒、ポン酢) ・ブロッコリー、カリフラワー、赤パプリカ(鶏ガラ、ごま油、塩胡椒) ・豆腐、ワカメ、葱(味噌)	・牛乳 ・麩のラスク (麩、マーガリン、グラニュー糖)
12	木	お弁当の日 ・牛乳 ・ココア焼きドーナツ	(ホットケーキミックス、豆腐、砂糖、ココア、卵、マーガリン、ドーナツシュガー)	
26	木	・ご飯 ・豆腐ハンバーグ ・マカロニソテー ・野菜スープ	・精白米、胚芽米 ・合挽ミンチ、豆腐、人参、玉葱(卵、パン粉、塩胡椒、ナツメグ、油、ケチャップ) ・マカロニ、ツナ、ブロッコリー、赤パプリカ(ハーブソルト、油) ・キャベツ、玉葱、人参(コンソメ、塩胡椒)	・牛乳 ・フレンチトースト (バケット、卵、牛乳、砂糖、バニラエッセンス)
13 27	金	・ご飯 ・厚揚げと大根の煮物 ・白和え ・すまし汁	・精白米、胚芽米 ・大根、鶏肉、厚揚げ、人参(醤油、砂糖、みりん、酒) ・豆腐、ブロッコリー、しめじ、人参、平天、さつま芋(白味噌、砂糖、醤油、胡麻) ・素麺、人参、三つ葉(醤油、塩)	・牛乳 ・オレンジ ・お菓子 
14 28	土	・ケチャップライス ・果物 ・コンソメスープ	・精白米、胚芽米、ベーコン、玉葱、人参、コーン ・果物(ケチャップ、コンソメ、塩胡椒) ・キャベツ、人参、じゃが芋(コンソメ、塩胡椒)	・牛乳 ・お菓子

※材料の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。
※何か気になることがございましたら調理室又は保育士までお声かけ下さい。

