

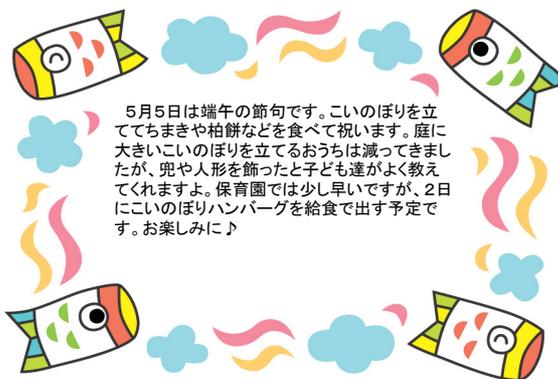
5月の献立



2017年度 5月予定献立表
ひまわり第2保育園

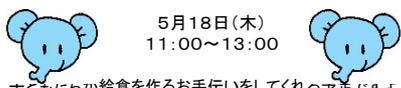
※献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
ごはん 厚揚げの五目煮 干し大根サラダ 味噌汁	ごはん こいのぼりハンバーグ 筍の木の芽和え きゃべつの煮びたし すまし汁	憲法記念日 	みどりの日 	子どもの日 	ごまじゃこごはん 豚汁
じゃがピザ・いりこ・お茶	梅じゃこおにぎり・ するめ・お茶				ベーグル・果物・お茶
ごはん 麻婆豆腐 青菜のじゃこ和え 味噌汁	ごはん 煮魚 じゃが芋のおかか煮 あらめの煮物 すまし汁	めのはごはん 高野のあんかけ 納豆サラダ 味噌汁	ごはん 筍と豚肉の炒め物 酢の物 すまし汁	ごはん 厚揚げの南蛮漬け 刻み昆布の煮物 アスパラの海苔和え 味噌汁	遠足
昆布おにぎり・昆布・お茶	にらお焼き・いりこ・牛乳	干し大根おにぎり・ するめ・お茶	じゃこがゆ・野菜・お茶	黒ゴマもち・するめ・お茶	
ごはん 焼きサバと 新玉ねぎの煮物 春雨サラダ すまし汁	青豆ごはん がんもの煮物 きゃべつとわかめの 酢の物 オニオンスープ	ごはん 手羽元のあっさり煮 ふきと揚げの煮物 青菜のお浸し 味噌汁	<ぞう組公開給食> ごはん 飛び魚のかば焼き 蒸しスナップえんどう じゃが芋の煮物 味噌汁	ごはん 大豆と干し大根煮 糸こんにゃく炒め アスパラのおかか和え すまし汁	ごま昆布ごはん 鶏汁
雑穀おにぎり・昆布・お茶	ぜんざい・するめ・お茶	青豆蒸しパン・野菜・牛乳	お好み焼き・いりこ・お茶	のり巻き・するめ・お茶	玄米丸パン・果物・お茶
ごはん 厚揚げの味噌煮 もやしとにらのごま和え 中華スープ	ごはん 豚肉とじゃが芋の 炒め物 豆ナムル 味噌汁	ごはん 焼き鮭のミルク煮 干し大根の中華和え すまし汁	ごはん 高野の甘酢炒め 焼きアスパラ 昆布の煮物 味噌汁	ふきごはん 肉豆腐 ポテトサラダ すまし汁	チキンライス 味噌汁
豆腐ホットケーキ・ いりこ・牛乳	青菜とじゃこおにぎり・ 昆布・お茶	よもぎ団子・するめ・お茶	めのはおにぎり・いりこ・お茶	大豆きな粉・野菜・お茶	スティックパン・果物・お茶
ごはん 豆腐ステーキ グリーンピースの甘煮 梅サラダ すまし汁	ごはん 厚揚げの生姜焼き ピーマンサラダ 飛び魚団子汁	ごはん アスパラつくね 人参のおかか煮 スナップえんどうの のり和え すまし汁			
あらめおにぎり・ するめ・お茶	もちもちおから団子・ 昆布・牛乳	ごはんお焼き・いりこ・お茶			



5月5日は端午の節句です。こいのぼりを立ててちまきや柏餅などを食べて祝います。庭に大きいこいのぼりを立てるおうちが減ってきましたが、兜や人形を飾った子ども達がよく教えてくれますよ。保育園では少し早いですが、2日にこいのぼりハンバーグを給食で出す予定です。お楽しみに♪

ぞう組公開給食のお知らせ



5月18日(木)
11:00~13:00

子どもたちが給食を作るお手伝いをしてくれるアヒル組です！
ご参加おまちしています！

おいしい春の野菜

冬の寒さに耐え、冬にエネルギーをためた春野菜は体の新陳代謝を高めてくれます。

- アスパラ : サラダ、ごま和え、塩焼きなど
- 新じゃが : 煮物、おかか和え、こふき芋など
- 新玉ねぎ : 煮物や味噌汁など
- たけのこ : 煮物やごはん、すまし汁など
- グリーンピース: ごはんや煮物、炒め物の彩りなど
- スナップえんどう: ごま和え、サラダなど
- 春キャベツ : サラダや炒め物、和え物などに



お手伝いありがとう！

子どもたちが玉ねぎの皮むきや豆のすじとり、たけのこの皮むきなど給食のお手伝いをしてくれます。
はじめは玉ねぎの皮をどこまでむいたらいいのかわからず、玉ねぎがとて小さくなってしまった子や自分が皮むきをした玉ねぎに愛着がわいたのか、なかなか手放してくれない子もいました。続けていくうちにとても上手になり今では「今日も手伝ってあげるよ〜！」とお手伝いが楽しくなってきて、頼もしくも感じます。
給食では「今日の玉ねぎおいしいね〜」とにっこり。自分が皮むきしたものは格別においしいようです。