



# 甲南山手保育園

# 献立表



普通食

※月齢の低い1歳児には、食事の形状や食材に配慮して提供させていただきます。

月	火	水	木	金	土
《 こどもの日のつどい 》		《 お誕生日会 》		1	2
たけのこごはん (こいのぼり) ハンバーグ マカロニサラダ すまし汁 (湯葉) バナナ		ひじきごはん 鶏のから揚げ ポテトサラダ すまし汁 (なめこ) バナナ		こどもの日のつどい  (こどもの日ケーキ)	中華丼 わかめと白ネギのスープ バナナ  (のり塩ポテト)
4	5	6	7・トライアクシス	8	9
みどりの日	こどもの日	振替休日	牛丼 青梗菜の和え物 味噌汁 (かぶ) オレンジ  (フルーツヨーグルト)	ごはん 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 (白菜) バナナ  (ツナと大葉のスパゲティ)	そぼろ丼 味噌汁 (もやし) バナナ  (胡麻おにぎり)
11・まごわやさしい日	12	13	14	15	16
麦ごはん ほっけの幽庵焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 (豆腐) バナナ (大学いも)	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ほうれん草の柚香和え すまし汁 (舞茸) オレンジ (★そら豆ケーキ)	ごはん すき焼き風煮 切り干し大根のサラダ 味噌汁 (エリンギ) バナナ (チキンライス)	バターチキンカレー キャベツのサラダ オレンジ  (わらび餅風ゼリー)	ごはん 鯖の五目あんかけ 金平ごぼう 味噌汁 (小松菜) バナナ (アップルトースト)	中華風ミートソース ほうれん草の煮びたし バナナ  (焼きおにぎり)
18	19	20	21・トライアクシス	22	23
ごはん 鯖のマヨネーズ焼き わかめの酢の物 味噌汁 (かぼちゃ) バナナ (★ごぼうのガーリックピラフ)	ごはん 筑前煮 ほうれん草の白和え すまし汁 (なす) オレンジ (青のりクッキー)	お誕生日会  (お楽しみケーキ)	親子丼 かぶのサラダ 味噌汁 (小松菜) オレンジ  (りんごゼリー)	ごはん あじのトマトソース じゃが芋炒め すまし汁 (オクラ) バナナ (きなこマカロニ)	豆腐とひき肉のあんかけ丼 味噌汁 (ブロッコリー) バナナ  (さつま芋のバター焼き)
25	26	27	28・おにぎりの日	29	30
ごはん ほっけの塩焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁 (しめじ) バナナ (ピザトースト)	ごはん 鶏の照り焼き 青梗菜の和え物 アスパラのスープ オレンジ (★チヂミ)	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 (豆腐) バナナ (みかんゼリー)	★かしわうどん キャベツの甘酢和え オレンジ  (塩昆布おにぎり)	ごはん 鯖のタンドリー かぼちゃサラダ すまし汁 (えのき) バナナ (ほうれん草ケーキ)	豚のブルコギ丼 コーンの中華スープ バナナ  (きなこパン)

★新メニュー

※食材の都合により変更することがあります。

- ・まごわやさしい (食材) の日 (よいウンチを育てる食材)
- ・おにぎりの日 (3歳~おにぎりを握ります)
- ・旬食: 大葉、なす、キャベツ、かぶ、小松菜、ブロッコリー、新ごぼう、アスパラ、そら豆、ズッキーニ

## ~5月・献立への想い~

保育園では1日に、こどもの日のつどいがあり、それに合わせて子ども達の健やかな成長を願い鯉の形のたけのこご飯や、こどもの日ケーキ (抹茶のカップケーキ) を提供します。  
園の子ども達は、お野菜もよく食べてくれます。その秘密はしっかり加熱した野菜を薄味の調味液で和えて、大きさはスプーンに乗るサイズにカットするなどの工夫をしています。  
脇役ですが、展示食の野菜の大きさなどご家庭の参考にして頂けたらと思います。  
また2歳児クラスはおやつに煮干しが付くようになり、煮干しの美味しさを新発見したり食具や食事場所も変わったり、給食も新しい経験の毎日です。

今年度の食育のテーマは「朝食は、元気のたね♪」

食育ボードに毎月朝食についての楽しい情報  
イラスト・役に立つレシピをを掲示します。

