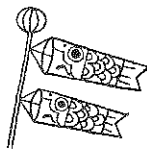


5月の献立予定表

武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児		おやつ	
			主食	追加食	9時(未満児)	3時(共通)
1	月	マーボー豆腐,五目金平,野菜の味噌汁,いちご	麦ごはん	えびのケチャップ煮	コーンフレーク	ミルク,カリコ揚げ
2	火	魚のベーコン蒸し,チーズ納豆,豚汁,オレンジ	麦ごはん	野菜炒め	ジュース,チーズ	おむすび(やさしい)
6	土	きつねうどん,ツナサラダ,味噌汁,ふりかけ	麦ごはん		🍪🍪🍪🍪🍪	おむすび
8	月	鶏肉のとうろま煮,アスパラとささみのごま和え,にらの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	金平れんこん	コーンフレーク	いちごミルク
9	火	お弁当の日			ジュース,ウエハース	おむすび(たかな)
10	水	焼肉風スパゲティ,おからサラダ,コンソメスープ,オレンジ	麦ごはん	肉だんご	いりこ	牛乳,ハムチーズサンド
11	木	揚げごぼう,マカロニサラダ,チンゲン菜の味噌汁,いちご	麦ごはん	南瓜の含め煮	バナナ	おむすび(ひじき)
12	金	鮭の味噌焼き,五目煮,豆腐と玉ねぎの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	煮奴	牛乳,パン	ミルク,マフィン
13	土	ビーフン炒め,シーフードサラダ,麩の味噌汁,ふりかけ	麦ごはん		🍪🍪🍪🍪🍪	せんべい
15	月	ポークビーンズ,おから納豆,かき玉汁,メロン	麦ごはん	ハンバーグ	コーンフレーク	牛乳,ピザトースト
16	火	マカロニグラタン,中華炒め,キャベツ味噌汁,いちご	麦ごはん	肉じゃが	ジュース,チーズ	おむすび(ごぼう)
17	水	ちゃんぽん,金平ごぼう,味付のり,パイナップル	麦ごはん	魚のチーズ焼き	いりこ	カルピス,キャロットケーキ
18	木	エビフライのタルタルソース,アーモンド和え,じゃがいもの味噌汁,オレンジ	麦ごはん	鶏肉のおろし煮	のむヨーグルト,クラッカー	おむすび(さけ)
19	金	カレーライス,ひじきのサラダ,福神漬,いちご	麦ごはん	がんもの煮物	牛乳,パン	牛乳,黒がねもち
20	土	ミートソーススパゲティ,三色ごま和え,もやし味噌汁	麦ごはん		🍪🍪🍪🍪🍪	おむすび
22	月	蒸し鶏のごまだれかけ,かんころ煮しめ,麩とわかめの味噌汁,メロン	混ぜごはん		コーンフレーク	牛乳,大豆とじゃこの甘煮
23	火	シューマイ,旨煮,厚揚げの味噌汁,パイナップル	麦ごはん	小えびの天ぷら	ジュース,ウエハース	ケーキ
24	水	肉うどん,中華サラダ,たかなの油炒め,オレンジ	麦ごはん	レバーの甘辛煮	いりこ	ジュース,野菜スティック
25	木	鶏肉の甘酢あんかけ,チーズ納豆,つみれ汁,バナナ	麦ごはん	粉ふき芋	のむヨーグルト,ビスケット	おむすび(うめ)
26	金	松風焼き,かぼちゃの煮物,にらの味噌汁,いちご	麦ごはん	野菜炒め	牛乳,パン	牛乳,あげたこやき
27	土	厚揚げの煮物,茎わかめサラダ,具だくさん味噌汁	麦ごはん		🍪🍪🍪🍪🍪	せんべい
29	月	魚のかば焼き,ポテトサラダ,えのきの味噌汁,メロン	麦ごはん	ごぼうの味噌煮	コーンフレーク	ミルク,フレンチトースト
30	火	ハヤシライス,ブロッコリーのマヨネーズ和え,パイナップル	麦ごはん	じゃがいものそぼろ煮	ジュース,チーズ	おむすび(のり)
31	水	親子にゅう麺,ひじき炒め,しそのごまふりかけ,ゼリー	麦ごはん	えびのマヨネーズ和え	いりこ	ジュース,大学芋



給食だより



春の山菜を味わう

先日、「ふき」をいただきました。ふきの皮はあやめぐみさんとさくらぐみさんがむいてくれました。

「これ家で食べたー!」「手の黒くなるねー」「なんか匂いのするー」などと子どもたちならではののおもしろいつぶやきがたくさん。

そして、真剣に集中して皮をむく姿、お互いに皮のむきかたを教え合う姿など、子どもたちのすてきなコマをたくさん見ることができました。

〇お願い〇

園庭では子どもたちが顔を真っ赤にして元気に遊んでいます。汗をいっぱいかくため、お茶は多めに持たせていただきますようお願いいたします。



よもぎまんじゅう食べたよ

子どもたちがお散歩でよもぎを採ってきてくれました。早速そのよもぎを使って、よもぎまんじゅうを作りました。あんこが好きな子、苦手な子、おまんじゅうの匂いを嗅ぐ子、子どもたちの反応は様々です。

目で見て、鼻で嗅いで、舌で味わって、手で触って、体中で春を感じることができました。

残りのよもぎは餅つきまで冷凍庫でお休みです。おたのしみに!

- ◎よもぎまんじゅうの作り方 (約5個分)
- ・むしばん粉 200g ・よもぎ 15g ・水 80cc
- ・あんこ 160g ・打ち粉 適量

- ①よもぎを湯がき、ミキサーにかける
- ②ボールにむしばん粉と水、①のよもぎをいれ混ぜる
- ③あんこを②の生地で包み、15分ほど蒸して出来上がり!

むしばん粉はふんわり甘く仕上がります。ご家庭でもぜひ作ってみてください!

