

5月こんだて

2022.5 まつやま保育園

日	曜日	午前のおやつ	ランチ	15時のおやつ
2	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、もずくの味噌汁、ほっけの塩焼き 高野豆腐のオランダ煮、キャベツのおかか和え	三色おにぎり ほうじ茶
6	金	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、きのこの味噌汁、鶏肉の塩麴焼き 大豆のトマト煮、青菜の磯和え	レーズン蒸しパン ミルク
7	土	鯛あられ ほうじ茶	玄米ご飯、若布のスープ、ホイコーロー、人参のじゃこ和え	きなこせんべい、するめ ほうじ茶
9	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、なめこの味噌汁、白身魚の南蛮漬け 高野豆腐の煮物、おかひじきのおかかあえ	ふかし芋 ほうじ茶
10	火	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、とろろ昆布のすまし汁、鯖の味噌煮 厚揚げの煮物、豆苗のお浸し	オレンジゼリー ほうじ茶
11	水	胡瓜 ほうじ茶	玄米ご飯、玉葱の味噌汁、カレー風味のささみフライ サニーレタス、青梗菜としめじの炒め物 切り干し大根のはりはり漬け	じゃがバター ほうじ茶
12	木	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、豆腐とあおさのすまし汁、鯖のごま焼き にらと桜海老の煮浸し、南瓜のチーズサラダ	ポップコーン、するめ ほうじ茶
13	金	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、あさりの味噌汁、えのきのつくね さつま芋のレーズン煮、胡瓜と若布の酢の物	コーンブレッド ミルク
14	土	鯛あられ ほうじ茶	豚丼、青梗菜の味噌汁、キャベツと桜海老の炒め物	Caせんべい、昆布 ほうじ茶
16	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、ごぼうの味噌汁、鱈の香味焼き さつま芋の甘煮、キャベツのナムル	抹茶蒸しパン ミルク
17	火	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、えのきの味噌汁、豚肉のバジル焼き がんもどきの煮物、胡瓜とかぶの梅和え	⑦塩おにぎり ほうじ茶
18	水	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、じゃが芋の味噌汁、しらすの玉子焼き 卯の花、青梗菜の酢味噌和え	芋ようかん ほうじ茶
19	木	小魚 ほうじ茶	カレーライス、青菜のスープ、手羽中のレモンペッパー焼き ブロッコリーとチーズのサラダ	金時豆の甘煮 ほうじ茶
20	金	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、スナックえんどうの味噌汁、焼きししゃも 生昆布の煮物、ほうれん草のごま和え	大根もち ほうじ茶
21	土	鯛あられ ほうじ茶	玄米ご飯、にらの味噌汁、肉じゃが、塩麴漬け	せんべい、するめ ほうじ茶
23	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、きのこのスープ、チーズハンバーグ レタス、人参の甘煮、アスパラとコーンのソテー	いなり寿司 ほうじ茶
24	火	ぼん菓子 ほうじ茶	大豆ミートの三色丼、⑪キャベツの味噌汁 こんにゃくの土佐煮、春雨サラダ	チキンナゲット ほうじ茶
25	水	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、⑫大根の味噌汁、スナックエンドウと豚肉の玉子炒め 南瓜の甘煮、ほうれん草のナムル	米粉のホットケーキ ミルク
26	木	Caベビせん ほうじ茶	⑦玄米ご飯、⑦五目汁、鮭の葱味噌焼き ごぼうのそぼろ煮、野菜の甘酢和え	フルーツヨーグルト ほうじ茶
27	金	きゅうり ほうじ茶	玄米ご飯、葱の味噌汁、豚レバーの唐揚げ サニーレタス、煮じゃが、納豆サラダ	ミルク葛餅 ほうじ茶
28	土	鯛あられ ほうじ茶	ハヤシライス、コンソメスープ、野菜と果物のマリネ	芋けんぴ、昆布 ほうじ茶
30	月	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、かぶの味噌汁、鯉の塩麴焼き 五目大豆煮、わかめサラダ	南瓜プリン ほうじ茶
31	火	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、かき玉汁、鶏肉のマスタード焼き、サニーレタス 長ひじきの煮物、チーズ入りポテトサラダ	長芋のおやき ほうじ茶

野外調理 ⑪…りす組 ⑫…パンダ組 ⑬…ライオン組 ⑭…クッキング

◎今月のピックアップメニュー◎

～春雨サラダ～

子どもはもちろん、スタッフにも大人気♪
どこか安心する、やさしい味つけです！



←レシピはこちらから♪