



令和4年

こども園 もものき

日	曜日	10時おやつ	主食	副食献立	3時おやつ	げんきのもと		
						あか からだをしようぶに!	きいろ つよいちから!	みどり 病氣からまもってくれる!
1	日							
2	月	食パン お茶	ごはん	マーマレードチキン・温野菜 バナナ・牛乳	チーズ・お茶 ミレービスケット	鶏肉 チーズ	食パン 油	キャベツ・きゅうり 人参・バナナ
3	火			憲法記念日				
4	水			みどりの日				
5	木			こどもの日				
6	金	カリコリだいこん お茶	ごはん	かじきカレーパン粉焼き・キャベツ香り漬け 豆腐コンソメスープ・お茶	こどもの日ゼリー 牛乳	豆腐・ベーコン かじき	油 パン粉・ごま	大根・人参・玉葱 キャベツ・きゅうり
7	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	鮭・油揚げ 豆腐・ヨーグルト	おにぎり	大根
8	日							
9	月	アスパラビスケット お茶	竹の子ごはん	生揚げもやし炒め・春雨サラダ トマト・牛乳	フルーツヨーグルト お茶	油揚げ・生揚げ 豚肉・ヨーグルト	油・砂糖 片栗粉	竹の子・もやし・にら 人参・きゅうり・コーン
10	火	カリコリきゅうり お茶	ごはん	鮭の照り焼き・めかぶ納豆 ミニ前橋トントン汁・お茶	コーン蒸しパン 牛乳	豚肉・生揚げ 鮭・納豆	じゃが芋 油	大根・人参・ごぼう しめじ・きゅうり・コーン
11	水	ベジタブル煎餅 お茶	ミートソース スパゲティ	コールスローサラダ グレープフルーツ・牛乳	わかめおにぎり お茶	豚肉	スパゲティ・砂糖 ノイグ マヨネーズ	人参・玉葱・セロリ きゅうり・キャベツ・コーン
12	木	りんごゼリー お茶	ごはん	鶏唐揚げ・酢の物 みそ汁(キャベツ・もやし・にんじん)・お茶	いももち 牛乳	鶏肉	片栗粉・油 砂糖・じゃが芋	キャベツ・もやし・人参 生姜・にんにく・きゅうり
13	金	茹でさつまいも お茶	ごはん	豆腐中華煮・きゅうりハムサラダ わかめスープ・お茶	きな粉トースト 牛乳	豆腐・豚肉 ハム・きな粉	さつまいも・ごま・油 片栗粉・食パン・マヨネーズ	人参・ねぎ・玉葱 竹の子・きゅうり・もやし
14	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	鮭・豆腐 ヨーグルト	おにぎり	人参 椎茸
15	日							
16	月	アニマルビスケット お茶	ごはん	スタミナ焼き・ほうれん草ツナサラダ すまし汁(えのき・わかめ)・お茶	野菜ゼリー・牛乳 きな粉せんべい	豚肉 ツナ	ごま油	えのき・玉葱・人参 にら・生姜・ほうれん草
17	火	ヨーグルト お茶	ごはん	かじき酢豚風・もやしコーンサラダ お茶	フォカッチャ (ツナマヨ)・牛乳	ヨーグルト かじき・ツナ	片栗粉・ごま油 砂糖・ノイグ マヨネーズ	生姜・玉葱・椎茸 ピーマン・人参・もやし
18	水	バナナ お茶	ふりかけごはん	まぐろフレーク・マカロニサラダ もずくスープ・お茶	オレンジ・牛乳 ミニわかめ煎餅	なまり節 ハム	ごま油・砂糖・油 マヨネーズ・ノイグ マヨネーズ	えのき・ねぎ・生姜 人参・きゅうり・コーン
19	木	カリコリにんじん お茶	五穀ごはん	チキンカレー・福神漬 カミカミ和え・トマト・牛乳	ピーチフルーツ お茶	鶏肉 さきいか	五穀米・じゃが芋 ごま油・砂糖	人参・玉葱・にんにく きゅうり・大根・トマト
20	金	粉吹芋 (青のり)・お茶	ごはん	高野豆腐そぼろあん・きのこサラダ みそ汁(玉葱・油揚げ)・お茶	焼きそば 牛乳	油揚げ・鶏肉 高野豆腐	じゃが芋・ごま油 砂糖・片栗粉・中華麺	玉葱・人参・椎茸 三つ葉・しめじ・えのき
21	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	鮭・豆腐 ヨーグルト	おにぎり	玉葱 人参
22	日							
23	月	フランスパン お茶	ごはん	アジバーグ・スパゲティサラダ 野菜スープ・お茶	フライドポテト (カレー)・牛乳	魚肉ソーセージ・鶏肉・豚肉 豆腐・アジ・ハム	フランスパン・パン粉・じゃが芋 スパゲティ・ノイグ マヨネーズ・油	人参・白菜・しめじ 玉葱・きゅうり・コーン
24	火	星せんべい お茶	ごはん	こがね煮・きゅうりとえのきの酢の物 豆乳入りみそ汁(大根・しめじ)・お茶	ポンデケージョ 飲むヨーグルト	生揚げ・豚肉・チーズ カニカマ・ヨーグルト	じゃが芋・砂糖・油 片栗粉・白玉粉・バター	きゅうり・大根・しめじ 人参・玉葱・竹の子
25	水	人参とさつまいもの甘煮 お茶	ごはん	豚肉生姜焼き・ひじき中華サラダ トマト・お茶	デザート 牛乳	豚肉	ごま油 砂糖	生姜・玉葱・しめじ きゅうり・人参・トマト
26	木	かぼちゃ煮 お茶	食パン	チキンときのこのトマトシチュー・バナナ 青菜キャベツおおかか和え・牛乳	しらすコーンおにぎり お茶	鶏肉・かつお節 じゃこ・ちくわ	砂糖・食パン・ごま油 バター・薄力粉	玉葱・マツタケ・しめじ キャベツ・人参・もやし
27	金			遠足				
28	土	お菓子 牛乳	おにぎり	みそ汁・ヨーグルト	お菓子 お茶	鮭・油揚げ 豆腐・ヨーグルト	おにぎり	大根
29	日							
30	月	豆花クッキー お茶	ごはん	炒り豆腐・ベイクド里芋 オレンジ・お茶	コーンフレーク 牛乳	豆腐・なると 鶏肉	砂糖・油 里芋・片栗粉	人参・ねぎ・椎茸 竹の子・オレンジ
31	火	ヨーグルト お茶	ごはん	鶏の胡麻照り焼き・三色磯和え みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)・お茶	メープルクッキー 牛乳	ヨーグルト 豆腐・鶏肉	ごま・薄力粉 砂糖・バター	ねぎ・生姜・人参 ほうれん草・もやし

食育の日



※ 献立は都合により内容が変わることがあります。

こども園では友達や先生と一緒に給食を食べます。みんなで楽しく食事をするので、今まで食べなかった食品にも興味を持ち、徐々に色々なものが食べられるようになっていきます。園と家庭が連携し、子どもたちが健康に育つよう正しい食生活習慣を身につけ、「体の栄養、こころの栄養」をともに育てていきたいと思ひます。

5月分平均栄養価 幼児組

エネルギー	507kcal
タンパク質	20.5g
脂質	16.3g
塩分	1.4g

はや寝！はや起き！朝ごはん！



スプーンマークの日に幼児組はスプーンを持ってきてください