



5月分給食献立表



みどりの保育園
2025年4月30日

日	曜	昼 食	未満児 朝のおやつ	午後のおやつ
1	木	焼きそば じゃが芋とウィンナーのソテー 麦茶 果物	牛乳	牛乳 鮭おにぎり
2	金	鶏つくね焼き スパサラ 若竹汁 果物	牛乳	牛乳 カステラ
3	土	憲法記念日		
5	月	こどもの日		
6	火	振替休日		
7	水	鶏肉のこってり煮 春雨サラダ スープ 果物	牛乳	ジュース クッキー
8	木	青菜ご飯 煮魚 ごまあえ 豚汁 果物	ヨーグルト	牛乳 ナゲット
9	金	ミートローフ ツナサラダ スープ 果物	牛乳	牛乳 クリームコンフェ
10	土	鶏肉の照り焼き サラダ 味噌汁 果物		牛乳 おせんべい
12	月	豚肉の生姜焼き ブロッコリーのサラダ すまし汁 果物	牛乳	牛乳 バームクーヘン
13	火	アスパラベーコンパスタ コーンサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 フレンチトースト
14	水	筑前煮 小女子 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 メープルバナナマフィン
15	木	ドライカレー 卵サラダ 麦茶 果物 	牛乳	フルーツヨーグルト
16	金	筍ごはん 鯖の塩焼き お浸し 味噌汁 果物 	牛乳	牛乳 サブレ
17	土	豚肉と大根炒め サラダ 味噌汁 果物		牛乳 クッキー
19	月	焼き鳥丼 白菜チーズおほかか和え 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 スティックパン
20	火	魚の南蛮漬け わかめサラダ スープ 果物	牛乳	ゼリー ウエハース
21	水	すき焼き風煮 チンゲン菜のごまおほかナムル 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 わかめおにぎり
22	木	パン ポトフ トマトサラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 ドーナツ
23	金	ヤンニョムチキン チョレギサラダ スープ 果物	牛乳	牛乳 ロールケーキ
24	土	三色丼 サラダ 麦茶 果物		牛乳 サブレ
26	月	まぐろと大豆の甘辛揚げ ベーコンサラダ 味噌汁 果物	牛乳	牛乳 おせんべい
27	火	カレー コールスローサラダ 麦茶 果物	牛乳	いちごプリン
28	水	スペイン風オムレツ マカロニサラダ スープ 果物	ヨーグルト	牛乳 クッキー
29	木	冷やし中華 粉ふき芋 麦茶 果物	牛乳	牛乳 たいやき
30	金	お弁当の日		
31	土	ハヤシライス サラダ 麦茶 果物	牛乳	牛乳 あんこスティックパイ

給食だより



地元でとれた食材を食べよう



地域で生産された野菜や果物を地域で消費することを【地産地消】といい、採れたてで新鮮な旬の食材は栄養が高く、遠くの産地から運ぶ必要がないため、比較的安い価格で購入ができ、いつ、どこで、どんな人が作ったかが分かり、安心して食べることができます。

身体が目覚める春野菜

たけのこ、菜の花、せりなど、えぐみやほろ苦さがありますが、これは解毒を促す成分です。旬の野菜を食べて元気に春を迎えましょう。