

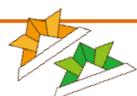
# 5月の献立

幼稚園

日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	エネルギー
1 (月)	🍷カニクリームコロッケ	千草和え ミートボール 大学芋コーンソテー カニクリームコロッケ ゼリー	鶏挽肉 油揚げ カニ	さつまいも ご飯	小松菜 椎茸 ヤングコーン人参	334
2 (火)	★にこにご給食★ 🍗鶏肉照り焼き	ひじき煮付 カリフラワー和風ドレッシング和え キャベツゆかり和え 鶏肉照り焼き フルーツ	鶏肉	ご飯	カリフラワー貝割れ キャベツ ひじき	302
8 (月)	★にこにご給食★ 🍤イカ揚げ煮	麻婆茄子 人参ラペ ほうれん草炒め物 イカ揚げ煮 フルーツ	豚挽肉 イカ	ご飯	茄子 ほうれん草 玉葱 人参	323
9 (火)	★にこにご給食★ サーモンフライ	茎わかめ中華和え 蓮根トマト煮 いんげんコンソメ煮 サーモンフライ フルーツ	鮭	春雨 胡麻 ご飯	胡瓜 蓮根 いんげん ズッキーニ	320
10 (水)	照り焼きハンバーグ	スナップエンドウおかか和え 花がんと煮付 チヂミ 菜の花ソテー 照り焼きハンバーグ ゼリー	がんと 卵 鶏挽肉	ご飯	スナップエンドウ ニラ 菜の花 椎茸	305
11 (木)	オムレツデミグラスソース	ツナとコーンドレッシング和え 野菜コロッケ 白菜ブイオン煮 オムレツデミグラスソース フルーツ ツイストパン	シーチキン 卵	じゃが芋 パン	コーン 胡瓜 玉葱 白菜	300
12 (金)	🍗唐揚	ミモザサラダ ハムステーキ 人参甘煮 枝豆ソテー 唐揚 フルーツ	卵 ハム 鶏肉	ご飯	ブロッコリー 人参 枝豆	329
15 (月)	🐟鯖香味パン粉焼き	蒟蒻煮付 竹輪煮付 カリフラワーカレー風味煮 青梗菜ソテー 鯖香味パン粉焼き フルーツ	竹輪 鯖	ご飯	カリフラワー ピーマン 青梗菜 椎茸	298
16 (火)	🍤エビフライ	マカロニサラダ 厚焼玉子 ギョーザ 小松菜お浸しエビフライ フルーツ	卵 エビ	マカロニ ご飯	胡瓜 玉葱 ニラ 小松菜	311
17 (水)	★にこにご給食★ 🍗タンドリーチキン風	金平牛蒡 星型ポテト イカスナックフライ キャベツソテー タンドリーチキン風 フルーツ	イカ 鶏肉	じゃが芋 ご飯	牛蒡 コーン ピーマン キャベツ	326
18 (木)	マカロニグラタン	ひじきサラダ メンチカツ マカロニグラタン ウインナー フルーツ	合挽肉 ハム ウインナー	マカロニ ご飯	コーン ひじき 玉葱 パセリ	351
19 (金)	🍤エビカツ	切干大根トマト煮 チキンナゲットオニオンソテー エビカツ ゼリー	鶏肉 エビ、イカ	ご飯	切干大根 ピーマン 人参 玉葱	307
22 (月)	ハンバーグ	わかめ和え物 揚げ南瓜 半平煮付 菜の花お浸し ハンバーグフルーツ	半平 鶏挽肉 豚挽肉	春雨 ご飯	南瓜 胡瓜 菜の花 しめじ	336
23 (火)	★にこにご給食★ 味噌カツ	ほうれん草ナムル 大根薄口煮 角揚げ煮付 野菜炒め 味噌かつ ゼリー	豚肉 角揚げ	ご飯 胡麻	大根 ほうれん草 人参 ピーマン	339
24 (水)	★にこにご給食★ 🍤イカ天ぷら	ラトウイユ ウインナー スイートコーン いんげん胡麻和え イカ天ぷら フルーツ	ウインナー イカ	ご飯 胡麻	茄子 ズッキーニ スイートコーン いんげん	301
25 (木)	🍗チキングリル	蓮根サラダ さつまいも甘露煮 枝豆 コーンブイオン煮 チキングリル フルーツ 食パン	鶏肉	パン さつまいも	蓮根 人参 ヤングコーン 玉葱	298
26 (金)	🐟白身フライ	胡瓜和風ドレッシング和え 星形しんじょ ブロッコリー香りと和え 人参ソテー 白身フライ フルーツ	ハム すり身 白身魚	ご飯	胡瓜 ブロッコリー キャベツ 人参	293
29 (月)	🍗鶏肉レモン風味フリッター	牛蒡サラダ 花切干大根煮付 カリフラワーブイオン煮 鶏肉レモン風味フリッターフルーツ	鶏肉	ご飯	牛蒡 胡瓜 切干大根 カリフラワー	335
30 (火)	★にこにご給食★ 肉団子トマトソース	蒟蒻煮付 スナップエンドウ香りと和え カレーコロッケ ペンネ 肉団子トマトソース フルーツ	鶏肉	じゃが芋 ペンネ ご飯	スナップエンドウ 玉葱 人参	300
31 (水)	自分de天津飯	青梗菜中華炒め 三角春巻 自分 de 天津飯 杏仁豆腐	卵 鶏肉	じゃが芋 春雨 胡麻油 ご飯	青梗菜 椎茸 キャベツ	290

★にこにご給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。  
5/31(水)は、自分de天津飯のため、ふりかけはおかけ致しません。

(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。



## 『菖蒲湯』

古代中国では香りの良いものが邪気を払うと言われたことから、菖蒲の葉を軒下に吊るしたり、根を刻んで入れたお酒を飲んだりしていました。こうした風習が日本に伝わり、5月5日「端午の節句」に、厄払いを目的として「菖蒲湯」に入るようになりました。菖蒲の葉の形が剣(刀)に似ていることから「たくましい男の子に成長してほしい」という願いが込められるようになったとも言われています。

ぜひ、お花屋さんやスーパーなどで菖蒲を手に入れて、お風呂に浮かべてみてはいかがでしょうか。