

5月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H27・5月

	月	火	水	木	金	土
昼食					1 5分づきごはん じゃがいもの味噌汁 魚の梅焼き 白和え	2 5分づきごはん 寄せ鍋風汁 鶏のごまみそ焼き きゃべつの昆布和え
午前のおやつ (もも、つくし組)					季節のくだもの	ころころおむすび
午後のおやつ					炊き込みおむすび	わかめおむすび
昼食	4 みどりの日 *メニューはその日の	5 こどもの日 人数によって決めます	6 振替休日	7 5分づきごはん かき玉汁 鶏の照り焼き わかめときゃべつの和え物	8 筍ごはん 厚揚げの味噌汁 魚のごまみそ焼き 納豆和え	9 そぼろ丼 具だくさん汁 わかめの酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)				豆の甘煮	焼きじゃが	冷奴
午後のおやつ				ふきおむすび	かりかりせんべい	きな粉おむすび
昼食	11 5分づきごはん なめこ汁 魚の塩焼き 切干大根の煮物	12 5分づきごはん 若竹汁 五目豆 ひじきの酢の物	13 ★ふきごはん わかめの味噌汁 山菜のかき揚げ いかの酢の物	14 5分づきごはん 米粉麺のすまし汁 肉豆腐 菜種和え	15 筍ごはん じゃがいもの味噌汁 魚の照り焼き もやしのごま酢あえ	16 5分づきごはん 寄せ鍋風汁 鶏のごまみそ焼き きゃべつの昆布和え
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼きかぼちゃ	ころころおむすび	南瓜の煮物	黒豆煮	ころころおむすび	煮干しせんべい
午後のおやつ	筍おむすび	ゆかりおむすび	焼きじゃが	きな粉団子	炊き込みおむすび	茶むすび
昼食	18 5分づきごはん 豆腐の味噌汁 厚焼き卵 きゃべつのごま和え	19 5分づきごはん 大根の味噌汁 炒り豆腐 青菜のごま和え	20 5分づきごはん じゃがいもの味噌汁 魚の梅焼き 白和え	21 5分づきごはん かき玉汁 鶏の照り焼き わかめときゃべつの和え物	22 筍ごはん 厚揚げの味噌汁 魚のごま焼き 納豆和え	23 お弁当の日
午前のおやつ (もも、つくし組)	焼きかぼちゃ	季節のくだもの	ころころおむすび	豆の甘煮	焼きじゃが	冷奴
午後のおやつ	筍おむすび	わかめおむすび	かしわもち	ふきおむすび	かりかりせんべい	きなこおむすび
昼食	25 5分づきごはん なめこ汁 魚の塩焼き 切干大根の煮物	26 5分づきごはん 若竹汁 五目豆 ひじきの酢の物	27 ふきごはん わかめの味噌汁 山菜のかき揚げ いかの酢の物	28 5分づきごはん 米粉麺のすまし汁 肉豆腐 菜種和え	29 筍ごはん じゃがいもの味噌汁 魚の照り焼き もやしのごま酢和え	30 そぼろ丼 具だくさん汁 わかめの酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)	きな粉米粉麺	南瓜の煮物	ころころおむすび	黒豆煮	ころころおむすび	煮干しせんべい
午後のおやつ	のりおむすび	ゆかりおむすび	焼きじゃが	きな粉団子	炊き込みごはん	茶むすび

毎朝、**お米とき**をしています！
お米を調理室からもらい、枡で計り、
ボウルに入れてあらいます。



お米をとき、濁った水を流す時に
お米を流さないように、手で受け
ています。
ゆり組さんは初めてお米ときをし
ますが、楽しんでいきますよ！



手で上手にすりき
ります！

味噌汁クッキング

給食当番さんが味噌汁を作ります！

お当番さんは、はりきってやっていますよ！煮干しの味を
知ったり、野菜を切ったりします！



ごはんは**5分づき米**です。保育所に精米機があるので使う都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」

*都合により献立が変わる場合があります。

大きくなり過ぎたたけのこ



わらび



真砂へさくら組さんが山
菜取りに行きました！
ワラビやノビル、ノカン
ゾウ、などをとって持っ
て帰りました！みんな
おいしくいただきました！

旬(5月)の食材

筍・きゃべつ・
新じゃが芋・新たまねぎ・グリーンピー
ス・うど・クレソン・
わかめ・ほたて・かれい
いちご・なつみかん、ふき、よもぎ

事務室の前に調理(森脇先生)の常備菜
レシピを置いてあります！
ご自由にとって活用してください♡
人気メニューのレシピも掲示していきま
す！

