

5がつのこんだて

月		火	水	木	金	土	
未:熱/蛋/脂 479Kcal/15.1g/12.2g		456Kcal/17.7g/13.0g				464Kcal/15.5g/12.9g	
以:熱/蛋/脂 413Kcal/18.2g/16.1g		371Kcal/16.7g/13.8g				355Kcal/15.5g/14.4g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		たべるごさかな				ミニカップゼリー	
1		2		3		4	
創立記念日 むぎごはん なまあげのやさいあんかけ ツナサラダ なめこじる りんご むぎちゃ やきおにぎり ぎゅうにゅう		憲法記念日 カレーライス カレー もやしとほうれんそうのおひたし あさりスープ いちご むぎちゃ みかんヨーグルトむしパン ぎゅうにゅう		みどりの日 男石屋台出発式参加(すみれ) おこさませんべい		こどもの日 むぎごはん なまあげとこまつなのひたし さつまいものあまに ニラたまスープ パナナ むぎちゃ かんパン ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 439Kcal/17.5g/9.4g		461Kcal/18.3g/16.4g		448Kcal/18.1g/14.2g		481Kcal/23.9g/15.4g	
以:熱/蛋/脂 396Kcal/21.0g/13.5g		398Kcal/20.2g/19.6g		349Kcal/18.3g/14.3g		406Kcal/19.0g/15.4g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		バナナ		むぎウエハース		ぎゅうにゅう	
5		6		7		8	
交通安全教室 むぎごはん ささみのあまみそいため かぼちゃのあまに なかぬぎとあぶらあげのみそしる ブルーン むぎちゃ じゃこトースト ぎゅうにゅう		身体測定 むぎごはん さわらしのおやき ジャーマンサラダ みそワタンスープ キウイフルーツ むぎちゃ やきドーナツ ぎゅうにゅう		交通安全教室 むぎごはん ぶたにくごぼうのとき かぶのあちやらづけ あさりしる パナナ むぎちゃ フレンチドック ぎゅうにゅう		交通安全教室 むぎごはん ごもくたまごやき キャベツのおひたし なっとう かぶのみそしる パナナ むぎちゃ ミロスコーン ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 442Kcal/18.2g/11.9g		277Kcal/9.2g/9.5g		555Kcal/17.3g/16.5g		441Kcal/16.9g/12.8g	
以:熱/蛋/脂 314Kcal/16.8g/10.8g		251Kcal/8.8g/8.9g		618Kcal/17.2g/16.5g		385Kcal/20.3g/16.4g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		ぎゅうにゅう		たべるごさかな		むぎウエハース	
9		10		11		12	
食育体験(すみれ) むぎごはん きたかみコロッケ ほうれんそうのちくわあえ トマト おさかなじる みかん むぎちゃ パナナ げんきヨーグルト		手作り弁当日 おかず入りのお弁当を お願いします パナナ むぎちゃ スイートポテト ぎゅうにゅう		誕生日祝い おしほりまはしらせん お弁当はいりません おしほりまはしらせん おしほりまはしらせん むぎごはん こいのぼりごはん くるくるハンバーグ すまじる かじついりみかんゼリー むぎちゃ こいのぼりケーキ ぎゅうにゅう		避難訓練 むぎごはん ぶたにくのわふうドレッシング ポテトサラダ ニラのみそしる パナナ むぎちゃ ピザトースト ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 457Kcal/17.7g/13.4g		487Kcal/21.6g/16.6g		468Kcal/22.9g/13.9g		439Kcal/15.2g/9.9g	
以:熱/蛋/脂 412Kcal/18.3g/17.9g		412Kcal/23.5g/18.8g		369Kcal/22.8g/15.2g		377Kcal/16.7g/12.5g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		たべるごさかな		かーさんビスケット		ぎゅうにゅう	
13		14		15		16	
食育体験(すみれ) むぎごはん とりてはのあまからに ゴマネーズあえ わかめじる パナナ むぎちゃ しょうゆだんご ぎゅうにゅう		運動あそび(すみれ) むぎごはん アジハンバーグ ごぼうサラダ おくらのみそしる メロン むぎちゃ みそむしパン ぎゅうにゅう		運動あそび(すみれ) むぎごはん かつおとじゃがいものにも たんざくサラダ こおりどうふのみそしる びわ むぎちゃ フライビーンズ ぎゅうにゅう		栄養指導(すみれ) むぎごはん しらすごはん ハムエッグ アスパラきんぴら きんときまめのにも なすじる みかん むぎちゃ ココアドーナツ ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 509Kcal/18.2g/13.4g		409Kcal/17.8g/12.4g		475Kcal/18.2g/15.2g		463Kcal/16.1g/15.2g	
以:熱/蛋/脂 395Kcal/16.7g/14.6g		391Kcal/16.7g/17.4g		387Kcal/17.3g/15.6g		374Kcal/17.9g/17.1g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		おこさませんべい		たべるごさかな		ミレービスケット	
17		18		19		20	
「ヨーグルト」の日 むぎごはん きたかみコロッケ ほうれんそうのちくわあえ トマト おさかなじる みかん むぎちゃ パナナ げんきヨーグルト		移動図書館 むぎごはん きたかみコロッケ ほうれんそうのちくわあえ トマト おさかなじる みかん むぎちゃ パナナ げんきヨーグルト		運動あそび(すみれ) むぎごはん かつおとじゃがいものにも たんざくサラダ こおりどうふのみそしる びわ むぎちゃ フライビーンズ ぎゅうにゅう		運動あそび(すみれ) むぎごはん しらすごはん ハムエッグ アスパラきんぴら きんときまめのにも なすじる みかん むぎちゃ ココアドーナツ ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 509Kcal/18.2g/13.4g		409Kcal/17.8g/12.4g		475Kcal/18.2g/15.2g		463Kcal/16.1g/15.2g	
以:熱/蛋/脂 395Kcal/16.7g/14.6g		391Kcal/16.7g/17.4g		387Kcal/17.3g/15.6g		374Kcal/17.9g/17.1g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		おこさませんべい		たべるごさかな		ミレービスケット	
21		22		23		24	
「こんにゃく」の日 むぎごはん たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 509Kcal/18.2g/13.4g		409Kcal/17.8g/12.4g		475Kcal/18.2g/15.2g		463Kcal/16.1g/15.2g	
以:熱/蛋/脂 395Kcal/16.7g/14.6g		391Kcal/16.7g/17.4g		387Kcal/17.3g/15.6g		374Kcal/17.9g/17.1g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		おこさませんべい		たべるごさかな		ミレービスケット	
25		26		27		28	
「こんにゃく」の日 むぎごはん たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 509Kcal/18.2g/13.4g		409Kcal/17.8g/12.4g		475Kcal/18.2g/15.2g		463Kcal/16.1g/15.2g	
以:熱/蛋/脂 395Kcal/16.7g/14.6g		391Kcal/16.7g/17.4g		387Kcal/17.3g/15.6g		374Kcal/17.9g/17.1g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		おこさませんべい		たべるごさかな		ミレービスケット	
29		30		31		32	
「こんにゃく」の日 むぎごはん たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう		クッキング(すみれ) むぎごはん ほうれんそうのみそしる ブルーン むぎちゃ たらこおにぎり ぎゅうにゅう	
未:熱/蛋/脂 509Kcal/18.2g/13.4g		409Kcal/17.8g/12.4g		475Kcal/18.2g/15.2g		463Kcal/16.1g/15.2g	
以:熱/蛋/脂 395Kcal/16.7g/14.6g		391Kcal/16.7g/17.4g		387Kcal/17.3g/15.6g		374Kcal/17.9g/17.1g	
未満児 午前おやつ 未満児主食		おこさませんべい		たべるごさかな		ミレービスケット	

持参米飯量測定しました
 クラス平均は以下の通りです。
 たんぼぼ 103g さくら 112g
 すみれ 110g
 平均 108gでした。

昨年度に引き続き、食の記念日や行事食など、食べ物にも記念日があること、行事にちなんだ料理を知ってもらいほかに、地元食材のおいしさを知ってもらいたく、旬の月に胆江地区産物を使ったメニューを取り入れていく計画をしています。
 5月には、金ヶ崎町のアスパラガスを使ったメニューを取り入れました。仕入れ等で変更になることもあります。地元食材をたくさん食べて、知ってもらいたいです。

