



# 5月の献立表



☆葉山保育園☆

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	
	1	2	3	4	5	6	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク					
きゅうしょく	・たまごとじゃこの まぜごはん ・ごもくうまに ・みそしる ・ミッキーチーズ	・とりみそうどん ・やさいコロケor かぼちゃコロケ ・ヨーグルト	けんぼうきねんび	みどりのひ	こどものひ	お弁当持参の ご協力を お願いします	
3じのおやつ	・アメリカンドック ・ぎゅうにゅう	・メロンパン ・ぎゅうにゅう				・かし ・オレンジジュース	
	8	9	10	11	12	13	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・いなりずし ・ぶたにくの みそいため ・たまごやき ・すましじる	・しょくパン (メープルorチョコ) ・ツナオムレツ ・チキンナゲット ・スープ ・にゅうさんきん いんりょう	・はくはん ・さかなの サクサクやき ・ほうれんそうの ナムル ・みそしる ・ようなしコンポート	・カレーがけ スパゲッティー ・だいこんサラダ ・スープ	そうりつきねん ♪きゅうしょく♪ バイキング& ♡スマイルデー♡	父母の会総会・ 組別保護者会	
3じのおやつ	・フルーツヨーグルト ・むぎちゃ	【カムカムデー】 ・あじつけこざかな ・かし・ぎゅうにゅう	・ココアワッフル ・ぎゅうにゅう	・ゴマラスク ・ぎゅうにゅう	・ケーキ ・むぎちゃ		
	15	16	17	18	19	20	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・とりひき おやこどん ・きりぼしだいこん のすのもの ・みそしる	・しょくパン (りんごジャムor マーマレードジャム) ・さかなのコーン マヨネーズやき ・ウインナーとキャベツ のいためもの ・すましじる	・おしむぎごはん ・とりにくの あまからに ・マカロニサラダ ・スープ	・マーボーうどん ・ちくわあげ ・あまなつみかん	・しょくパン (いちごジャムor ブルーベリージャム) ・ポークビーンズ ・ちゅうかふう ごもくサラダ ・すましじる	・カレーライス ・ブロッコリー ・ヨーグルト	
3じのおやつ	・ピザパン ・ぎゅうにゅう	・マスカットゼリー ・かし・むぎちゃ	・いちごクリーム どらやき ・ぎゅうにゅう	・ツナとコーンのパイ ・ぎゅうにゅう	・バナナ ・ぎゅうにゅう	・かし ・りんごジュース	
	22	23	24	25	26	27	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク		
きゅうしょく	・ロールパン ・さかなのムニエル プロバンスふう ・ブロッコリーいため ・スープ ・りんごゼリーor ぶどうゼリー	・ビビンバ ・かぼちゃサラダ ・みそしる ・スティックチーズ	・おしむぎごはん ・とうふとやさいの ちゅうごくふう にこみ ・バンバンジー ・すましじる	・ミートソース スパゲッティー ・フライドポテト ・ブロッコリー ・スープ	【カムカムデー】 ・とりごぼうピラフ ・ホイコーロー ・みそしる ・あじつけこざかな	・ハヤシライス ・ブロッコリー ・ヨーグルト	
3じのおやつ	・おなかチーズ おにぎり ・ぎゅうにゅう	・ショコラパン ・ぎゅうにゅう	・オレンジ ・かし・むぎちゃ	・あんこ スティックパイ ・ぎゅうにゅう	・クロックムッシュ ・ぎゅうにゅう	・かし ・やさいジュース	
	29	30	31	<p>＜今月の目標＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶の大切さを知りましょう。</li> <li>・手洗い・歯磨きの正しい方法を知りましょう。</li> <li>・よく噛んで食べることを心掛けましょう。</li> </ul>		<p>＜今月のお楽しみ＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・12日(金)♡創立記念日&amp;スマイルデー♡</li> </ul> <p>創立48周年をお祝いして給食バイキングを行います!! メニューはエビフライやミートボールなど子どもたちが大好きなメニューを提供する予定です☆</p> <p style="text-align: right;">お楽しみに～♪</p>	
10じのおやつ	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク				
きゅうしょく	・やきじゃけ チャーハン ・あつあげいり マーボーはるさめ ・みそしる ・ヨーグルト いんりょう	・ナン ・レバーいり キーマカレー ・フレッシュサラダ ・スープ	・はくはん ・さかなのステーキ ・ほうれんそうと もやしのごまあえ ・すましじる ・パインコンポート				
3じのおやつ	・パンプキンケーキ ・ぎゅうにゅう	・メロン ・かし・むぎちゃ	・スティック クリームパン ・ぎゅうにゅう				

※10時のおやつは0、1、2歳児クラスのみです。  
 ※もも組・たんぼぼ組ではチョコ・カスタードは提供していません。  
 代替品を提供しています。  
 ※都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

赤字…行事食  
 青字…新メニュー  
 緑字…セレクトメニュー  
 となっています☆





新年度がスタートして、あっという間に1ヶ月が経ちました。子どもたちも少しずつ新しい環境に慣れ、毎日笑顔いっぱい楽しく過ごしています。給食でも苦手な物も少しずつ食べてみようとする姿が見られています!! 園生活に慣れてきた分、少し疲れも出始め体調を崩しやすい時期でもあります。子どもたちの体調管理に注意しながら、今月も元気に過ごしましょう!!



給食室にはこんなものがあるよ!!



スチコンには水蒸気により食材をムラなく加熱できるスチームモード・一定の温度で均一に焼き上げるホットエアーモード・ホットエアー調理にスチームを組み合わせて、それぞれの長所を活かしたコンビネーションモードがあります!!



みんなが毎日食べている給食は保育園の給食室で作られています。給食を作る時に給食の先生の強〜い味方になってくれる機械があります!  
 その名も・・・スチームコンベクション!!  
 給食の先生たちは『スチコン』と呼んでいます。スチコンとはスチーム(水蒸気)機能とホットエアー(熱風)機能を使う加熱調理機器です!!



スチームモードは・・・  
 ほうれん草や小松菜などの葉物野菜を加熱する時や、かぼちゃの煮物やさつまいもの甘煮を作る時に活躍します!!  
 葉物野菜には水に溶けやすいビタミンが含まれているので茹でるよりも蒸す調理方法が適しています。  
 煮物もスチコンで作ると煮崩れないので、見た目がキレイに出来上がります。

ホットエアーモードは・・・  
 冷凍の白身魚を焼く時やオレンジトースト・ゴマラスク・焼きサンドなどのパンを使ったおやつを作る時に活躍します!!  
 熱風を対流させて均等に加熱出来るので焼きムラも少なく仕上がります。



コンビネーションモードは・・・  
 熱風と蒸気を使って加熱するので、ふっくら仕上がります!!  
 また、食材への熱伝導が早いので調理時間の短縮にもつながっています。  
 ハンバーグやオムレツ、鶏肉のバーベキューソース焼きなどを作る時に活躍しています!!

チーズハンバーグは豚挽肉と野菜、チーズなどを混ぜ合わせ、1個ずつ丸めたものを並べてコンビモードで焼きます。  
 とってもやわらかく仕上がるので食べやすく子どもたちに好評です♡



魚のあけのぼ焼きは生鮭に人参のみじん切り・マヨネーズ・粉チーズ・パセリを混ぜ合わせたソースを塗ってコンビモードで焼きます。  
 鮭がパサつかず、こんがり焼き上がります!!

