

# 令和7年度 5月のこんだて

バンビの森子ども園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日						
午前	15日 誕生会「季節の食材メニュー」 (あさり アジ アスパラ 新ごぼう 新じゃが)			1	ヨーグルト、お茶	2	クラッカー、りんごジュース	3				
昼食	19日 豆のさや取り					ごはん、豚とキャベツの梅味噌煮、豆腐ナゲット、みぞれ汁、キウイ		発芽玄米ごはん、サバの生姜煮、あおさの味噌汁、春野菜のコンソメソテー、じゃこ入り野菜納豆				
午後	21日 どんどん「うどん作り」					プリンマフィン、小魚、牛乳		ギョーザピザ、ラスク、豆乳		憲法記念日		
午前	5		6	7	8	9	10	11	12			
昼食	こどもの日		振替休日		ごはん、鶏肉とパプリカのレンコン炒め、人参サラダ、なめこの味噌汁、パイン		十五穀米ごはん、かつおの生姜漬け揚げ、青梗菜のかつお醤油和え、つぼん汁、高野豆腐唐揚げ		ロールパン、鶏肉のポテト焼き、小松菜と舞茸サラダ、キャベツとベーコンスープ、オレンジ			
午後			きつねうどん、お茶		レーズンスティック、きなこせんべい、牛乳		ビーマンふりかけおにぎり、お茶		中華飯、アスパラとわかめ和え、豆腐スープ、ミニゼリー			
午前	12	いわしおかき、乳酸飲料	13	ガラメせんべい、お茶	14	コーンフレーク牛乳	15	カルシウムせんべい、牛乳	16	ぶどうパン、お茶	17	ミレービスケット、お茶
昼食	ごはん、揚げない唐揚げ、トマトとほうれん草サラダ、なすとみょうが汁、パイン		発芽玄米ごはん、サバのカレー焼き、昆布の和風ポテトサラダ、どさんこ汁、手作りふりかけ		味噌ラーメン、わかめとみかんの酢の物、煮豆		あさり飯、アジフライ、アスパラのグリル、メロン、うどと新ごぼうの卵とじ汁		ごはん、鶏の甘辛胡麻照り焼き、厚揚げのしらすネギだれサラダ、田舎汁、手作りのりの佃煮		ナポリタン、さつまいもモンブラン、わかめスープ、チーズ	
午後	フルーツヨーグルト、棒せんべい、お茶		フレンチトースト、牛乳、バナナチップ		ビビンバおにぎり、お茶		新じゃがののり塩バター、チョコチップクッキー、セレクトジュース		わかめクッキー、干しりんご、牛乳		フルーツゼリー、揚げせんべい、お茶	
午前	19	ヨーグルト、お茶	20	クラッカー、りんごジュース	21	コーンフレーク牛乳	22	ひじきおかき、乳酸飲料	23	のりせんべい、お茶	24	米棒、お茶
昼食	豆ごはん、たらの大葉味噌焼、筑前煮、すまし汁、キウイ		発芽玄米ごはん、サバの生姜煮、あおさの味噌汁、春野菜のコンソメソテー、じゃこ入り野菜納豆		ごはん、鶏肉とパプリカのレンコン炒め、人参サラダ、なめこの味噌汁、パイン		十五穀米ごはん、かつおの生姜漬け揚げ、青梗菜のかつお醤油和え、つぼん汁、高野豆腐唐揚げ		ロールパン、鶏肉のポテト焼き、小松菜と舞茸サラダ、キャベツとベーコンスープ、オレンジ		中華飯、アスパラとわかめ和え、豆腐スープ、ミニゼリー	
午後	空豆おやき、さつまケンピ、豆乳		ギョーザピザ、ラスク、豆乳		きつねうどん、お茶		レーズンスティック、きなこせんべい、牛乳		ビーマンふりかけおにぎり、お茶		草加せんべい、ジョアストロベリー	
午前	26	いわしおかき、乳酸飲料	27	ガラメせんべい、お茶	28	コーンフレーク牛乳	29	ぶどうパン、お茶	30	ヨーグルト、お茶	31	ミレービスケット、お茶
昼食	ごはん、揚げない唐揚げ、トマトとほうれん草サラダ、なすとみょうが汁、パイン		発芽玄米ごはん、サバのカレー焼き、昆布の和風ポテトサラダ、どさんこ汁、手作りふりかけ		味噌ラーメン、わかめとみかんの酢の物、煮豆		ごはん、鶏の甘辛胡麻照り焼き、厚揚げのしらすネギだれサラダ、田舎汁、手作りのりの佃煮		ごはん、豚とキャベツの梅味噌煮、豆腐ナゲット、みぞれ汁、キウイ		ナポリタン、さつまいもモンブラン、わかめスープ、チーズ	
午後	フルーツヨーグルト、棒せんべい、お茶		フレンチトースト、牛乳、バナナチップ		ビビンバおにぎり、お茶		わかめクッキー、干しりんご、牛乳		プリンマフィン、小魚、牛乳		フルーツゼリー、揚げせんべい、お茶	

【月の平均値】

	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g
3歳未満児	515	22.1	15.6	1.5
3歳以上児	590	25.9	18.4	1.7

- ・下線マーク：手作りおやつになります。
- ・材料の都合等変更になる場合があります。
- ・すやびよは手作りおやつ以外の2品目はつきません。

※4.5.6月は新しい環境になり、子どもたちも初めての料理や食材に親しむため、1か月に同じメニューを2回繰り返すサイクルメニューになっています。また1回目の喫食状況を把握し2回目に改善、工夫し給食を提供しています。