

今日の給食 5月16日（金）

【メニュー】

昼食：雑穀米ご飯 豚肉BBQソース

ジャーマンポテト 味噌汁

今日は、塩麴パウダーをまぶしてからBBQソースに漬け込んで焼いています。さらに柔らかさもアップ！美味しく食べてもらうため一工夫されています。



午後のおやつ：ほうじ茶 おかかチーズ御飯

小魚

今日の給食 5月15日(木)

【メニュー】

昼食：雑穀米ご飯 鯖甘辛煮

甘酢あえ 味噌汁 バナナ

急に暑くなりました。こんな時は
甘酢和えでクエン酸摂取。
暑さ負けにもってこいのメニュー
です。



午後のおやつ：牛乳 抹茶あずきスコーン するめ

今日の給食 5月14日（水）

【メニュー】

昼食：雑穀米ご飯 チンジャオロース
バンサンスー 中華スープ

今日は中華の日。チンジャオロースでご飯が進む。

赤、黄、緑の元気カラー3色で食欲倍増です！



午後のおやつ：牛乳 オレンジゼリー ミニパン

今日の給食 5月13日 (火)

【メニュー】

昼食：七分づきご飯 かじきの立田揚げ

ごぼうとブロッコリーのたまごサラダ みそしる



ブロッコリーとコーンや卵の黄色が色鮮やか。ごぼうが噛み応えのアクセントになっているサラダでした。そして…



午後のおやつ：牛乳 ココアシナモントースト 干し芋

今日の給食 5月12日（月）

【メニュー】

昼食：春野菜カレー（雑穀米） 味噌汁

カリフラワーとインゲンのトマトサラダ



カレーライスってやっぱりおい

しいね。大好き。

サラダは野菜がいっぱいだけど、

甘酸っぱいドレッシングでとっ

てもおいしいです。



午後のおやつ：牛乳 紅茶パンケーキ こぶ

今日の給食 5月9日（金）

【メニュー】

昼食：七分づきご飯 鱈のおろしソース

新玉ねぎのかきあげ 味噌汁

新玉ねぎ、人参、さつまいもの
かき揚げは、野菜の甘みが感じ
られ美味しいです♪



午後のおやつ：牛乳 フルーツポンチ 小魚

今日の給食 5月8日 (木)

【メニュー】

昼食：七分づきご飯 鮭の味噌焼き

切干大根サラダ 清汁（たけのこ、わかめ）



清汁の具材には、旬のたけのこが入っています。
シャキシャキした歯ごたえや
風味が、だしと良く合います♪



午後のおやつ：牛乳 おやつパン こぶ

今日の給食 5月7日（水）

【メニュー】

昼食：七分づきご飯 鶏のチーズてりやき

ひじき煮 味噌汁（かぼちゃとたまねぎ）



そら豆には良質なたんぱく質があり、脂肪や炭酸化合物、ビタミンやミネラルなどの栄養素が豊富なんです。



午後のおやつ：牛乳 ピーチ蒸しケーキ するめ

今日の給食 5月2日（金）

【メニュー】

昼食：七分づきご飯 豚肉BBQソース
ジャーマンポテト 味噌汁

あそびの杜特製のBBQソースに
漬け込んでから焼いています！
ご飯がすすむメニューです。



午後のおやつ：ほうじ茶 おかかチーズ御飯 小魚

今日の給食 5月1日 (木)

【メニュー】

昼 食：七分づきご飯 さばの甘辛煮
甘酢和え 味噌汁 バナナ

魚といえば骨がつきものですが、慣れないと心配。保育園では今の時期は4歳児まですべて骨を除去しています。でもね、口の中で異物（骨）をみつけられることも必要な力です。お子さんの様子をみながら、骨アリの魚も食卓にならべていきましょう。



午後のおやつ：牛乳 よもぎあずきスコーン するめ