

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…

ココアトーストにはちょっとシナモンの香り…おしゃれなカフェ気分です。

人気のおやつメニューです。



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 りんご

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だそうです。

ちょっと小腹がすいたら、お菓子ではなく、そら豆もよいですね。



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