



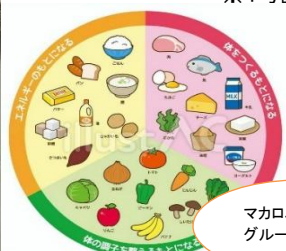
# 5月 給食献立表

2025年度  
いぬかいこども園

| 日  | 曜日 | 昼 食  | 3時のおやつ          |
|----|----|--|-----------------|
| 1  | 木  | ごはん ツナとにらの中華風オムレツ 春雨の酢の物 みそ汁 りんご                       | お菓子・ミルク         |
| 2  | 金  | カレーライス タコさんウインナー マカロニサラダ フルーチェ                         | かしわ餅・麦茶         |
| 3  | 土  | 憲法記念日  |                 |
| 5  | 月  | みどりの日  |                 |
| 6  | 火  | 振替休日   |                 |
| 7  | 水  | ごはん ポークビーンズ 切り干大根のナムル すまし汁 オレンジ                        | キャロットカップケーキ・ミルク |
| 8  | 木  | ごはん 魚の味噌煮 5色きんぴら みそ汁 バナナ                               | お菓子・ココアミルク      |
| 9  | 金  | 手作り黒糖パン 洋風とり天 かみかみ和え 豆乳スープ いちごヨーグルト                    | カルシウムおにぎり・麦茶    |
| 10 | 土  | ごはん 焼きビーフン 3色納豆 みそ汁 ゼリー                                | お菓子・牛乳          |
| 12 | 月  | ごはん スタミナにら豚 ポテトサラダ みそ汁 オレンジ                            | きな粉団子・牛乳        |
| 13 | 火  | ごはん 中華かき玉汁 鶏レバーの甘辛煮 うまっこりー 手作りふりかけ フルーチェ               | ごはんピザ・麦茶        |
| 14 | 水  | ごはん 魚のマヨネーズ焼き 南瓜の甘煮 みそ汁 バナナ                            | お菓子・ジュース        |
| 15 | 木  | お誕生日会(おにぎり 鶏のレモン風味和え グリーンサラダ ゆかりスパ ポテト すまし汁 ストロベリーゼリー) |                 |
| 16 | 金  | ごはん 大豆入りシシカババー きのことサラダ みそ汁 ブルーベリーヨーグルト                 | カル鉄お好み焼き・麦茶     |
| 17 | 土  | ごはん 親子煮 かりかりいりこ すまし汁 ゼリー                               | お菓子・牛乳          |
| 19 | 月  | ごはん 納豆入り麻婆豆腐 バンサンスー もやしのスープ りんご                        | カボスゼリー・お菓子・麦茶   |
| 20 | 火  | ごはん さばのケチャップ煮 コールスローサラダ みそ汁 キウイ                        | やせうま・牛乳         |
| 21 | 水  | ビビンバ丼 アスパラとキャベツのソテー 中華スープ オレンジ                         | ジャムサンド・ミルク      |
| 22 | 木  | ゆかりごはん(少) 焼きそば わかめの酢の物 かき玉汁 ヨーグルト                      | クッキー・ミルク        |
| 23 | 金  | ごはん 卵入りチャンプルー ほうれん草とひじきのサラダ みそ汁 バナナ                    | マカロニあべかわ・ミルク    |
| 24 | 土  | スパゲティミートソース ボイルウインナー さつまいもときゅうりのサラダ コンソメスープ ゼリー        | お菓子・牛乳          |
| 26 | 月  | ごはん スペイン風オムレツ スパゲティサラダ コーンスープ オレンジ                     | 豆腐白玉団子・牛乳       |
| 27 | 火  | ごはん 五目煮豆 焼きししゃも みそ汁 りんご                                | フルーツヨーグル・麦茶     |
| 28 | 水  | 手作りパン クリームシチュー 切干大根サラダ いちごヨーグルト                        | 韓国おにぎり・麦茶       |
| 29 | 木  | ごはん じゃがいものそぼろ煮 かりかりいりこ ボイルブロッコリー そうめん汁 バナナ             | お菓子・牛乳          |
| 30 | 金  | ごはん 魚のホイル焼き 油揚げのなかよし煮 みそ汁 キウイ                          | ツナサンド・ミルク       |
| 31 | 土  | ごはん うま煮 ニラとちくわの炒め物 すまし汁 ゼリー                            | お菓子・牛乳          |



※1号認定の方はおやつはありません。※献立は変更になる場合があります。



マカロニはどのグループかな？

4月18日(金)にさくら組で3色食品群の説明とゲームをしました。食べ物に含まれる栄養素の働きを基に、食品をあか・きいろ・みどりの3つの色のグループに分類した物を「3色食品群」といいます。毎食この3つの色の食品をまんべんなく摂ることで栄養のバランスが整いやすくなります。説明の後にその日の給食の食材を3色に分けるゲームをしました。「ウインナーは表に載ってないけど何色かな?」「なんでりんごはみどりのグループなの?」「じゃがいもは野菜かな?」などグループで話しながら全部のグループが分け終わると順番に発表をしました。卵がきいろ、じゃがいもがみどりに分けられていましたが、最後はみんなで答え合わせをしました。30分と短い時間でしたが、食べ物が3つの色に分類されることに興味を持ち、積極的にゲームに参加する姿が見られました。これから食事の時に少しでも思い出してくれるといいなと思います。

この日の献立は...ごはん・ポテトオムレツ・マカロニサラダ・コンソメスープ・りんごでした