

# 5月 給食だより

2023.5  
滑川市保育所給食献立作成会  
滑川市教育委員会子ども課

ひ	ようび	3さいみまん		ぎゅうしよく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしよく	こんだてめい		ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(あ)	ちようしをどとのえる(みどり)					
1	けつ	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ごはん	やさぎかな ゆかりあえ みそしる トマト	サケ とうふ にぼし		キャベツ えのきだけ トマト	きゅうり ほうれんそう、ネギ ゆかり	にんじん	ミルク まがりせんべい	
2	か	ぎゅうにゅう カルシウムせんべい	ごはん	エビフライ ポイルキャベツ いちご すましじる	エビ うすあげ まこんぶ	たまご かつおぶし わかめ	はくりきこ ばんこ じゃがいも	キャベツ にんじん	いちご たまねぎ	ぎゅうにゅう こめこのタルト	
3	すい										
4	もく										
5	きん										
6	ど		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	バナナ			おちゃ せんべい	
7	にち										
8	けつ	ぎゅうにゅう ばりんこ	ごはん	カレーライス フルーツサラダ ふくしんづけ	ぶたにく ヨーグルト	じゃがいも	たまねぎ ぶくしんづけ バナナ	にんじん ももかん みかんかん	グリーンピース	ミルク オールレーズン	
9	か	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	ようふうたまご焼き マカロニサラダ コンソメスープ	たまご ツナ	ウインナー	マカロニ	たまねぎ きゅうり	にんじん コーン	ピーマン ミルク ぎゅうにゅうかりんとう	
10	すい	ぎゅうにゅう ビスコ	ごはん	さかなのムニエル ブロッコリー にんじんあまに みそしる	さかな にぼし	あつあげ	こむぎこ バター	ブロッコリー なましだけ	にんじん ねぎ	キャベツ ショア ハーベスト	
11	もく	ぎゅうにゅう マリ-	ごはん	すだち トマト すましじる	ぶたにく だしこんぶ	とうふ かつおぶし	じゃがいも かたくりこ ふ	しょうが たまねぎ にんじん	トマト えのきだけ ピーマン	ミルク バナナ	
12	きん	ぎゅうにゅう ポーロ	パン	ごもくうどん おひたし スモールパイン	とりにく かつおぶし	だしこんぶ ちくわ	うどん	にんじん たまねぎ ほししいだけ きゅうり スモールパイン	ほうれんそう キャベツ	ぎゅうにゅう てづくりプリン	
13	ど		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	バナナ			おちゃ せんべい	
14	にち										
15	けつ	ぎゅうにゅう てつりウエハス	ごはん	とりにくとだいのあまからめ おひたし みそしる	とりにく わかめ にぼし	だいちみず あつあげ	かたくりこ いりごま	もやし しょうが	ほうれんそう だいこん ねぎ	ミルク ゆきのやど	
16	か	ぎゅうにゅう うすやきサラダ	ごはん	こうやどうふのたまごとし ブロッコリーサラダ こふさいも	とりにく たまご	こうやどうふ にぼし	じゃがいも	たまねぎ ブロッコリー コーン	しいたけ キャベツ いんげん にんじん	ぎゅうにゅう レーズンおしパン	
17	すい	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	さかなのフライ トマト あますあえ みそしる	まだら とうふ たまご	しらすほし にぼし	こむぎこ ばんこ	トマト にんじん ねぎ	もやし えのきだけ きゅうり ほうれんそう	ココアミルク まるぼうろ	
18	もく	ぎゅうにゅう どうぶつビスケット	パン	ちゃんぽんめん シューマイ レモンあえ	ぶたにく	シューマイ	ちゅうかめん かたくりこ	もやし コーン キャベツ	にんじん チンゲンサイ にんじん	たまねぎ きゅうり	ミルク こつぶっこ
19	きん	とうにゅう ハッピーターン	ごはん	さばのみそに きりほしあえ ぐたくさんじる トマト	さば にぼし	とうふ	さつまいも	ほうれんそう なましだけ トマト	にんじん こほう ねぎ	まめびよココア オレンジ	
20	ど		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	バナナ			おちゃ せんべい	
21	にち										
22	けつ	ぎゅうにゅう オレンジ	ごはん	チーズオムレツ ひじきのもの みそしる	たまご ひじき にぼし	チーズ ちくわ		たまねぎ いんげん キャベツ	ピーマン しめじ にんじん	あかピーマン えのきだけ ねぎ	ココアミルク はいがスティック
23	か	ぎゅうにゅう ブリッツ	ごはん	しんじやうまに ちゅうかサラダ トマト	ぶたにく だしこんぶ ローズハム	がんも かつおぶし	じゃがいも こんにやく はるさめ	いんげん きゅうり	にんじん もやし	コーン トマト	ぎゅうにゅう こめこのおこのみやき
24	すい	ぎゅうにゅう ルヴァン	ごはん	なめし とんかつ ポイルキャベツ いちご すましじる	ちりめんじゃこ たまご かつおぶし	ぶたにく とうふ だしこんぶ	ごまこ むぎこ ばんこ	キャベツ しめじ	いちご みつば	たまねぎ	やさしいジュース ケーキ

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。

ひ	ようび	3さいみまん		ぎゅうしよく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしよく	こんだてめい		ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(あ)	ちようしをどとのえる(みどり)					
25	もく	ぎゅうにゅう ソフトサラダ	パン	スパゲッティナポリタン ブロッコリー たまごスープ	ウインナー たまご		スパゲッティ かたくりこ	にんじん たまねぎ ほうれんそう コーン	ピーマン	ミルク てつりゼリー	
26	きん	ぎゅうにゅう ホームパイ	ごはん	さかなのかは焼き ごまあえ みそしる	まだら にぼし		すりごま	キャベツ しょうが	ほうれんそう だいこん チンゲンサイ	ミルク バナナ	
27	ど		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まんがソーセージ	ぎゅうにゅう まんがソーセージ	パン	バナナ			おちゃ せんべい	
28	にち										
29	けつ	ぎゅうにゅう えびまんげつ	パン	やさそば ブロッコリー ポトフ	ぶたにく ウインナー		やきそばめん じゃがいも	キャベツ ピーマン	にんじん ブロッコリー	もやし たまねぎ	ミルク グリケット
30	か	ぎゅうにゅう ムーンライト	ごはん	ハヤシライス ポテトサラダ オレンジ	ぶたにく ぎゅうにゅう	なまクリーム チーズ	じゃがいも	たまねぎ にんじん きゅうり	しめじ グリーンピース	ミルク ぼたばたやき	
31	すい	ぎゅうにゅう ほしたべよ	ごはん	ごもくだいず スティックきゅうり トマト みそしる	だいちみず さつまあげ	とりにく にぼし	さつまあげ こんにやく	にんじん きゅうり しめじ	こほう キャベツ ねぎ	いんげん にんじん トマト	ぎゅうにゅう オレンジ

## 5月5日はこどもの日

### 季節の節目に、子どもの健やかな成長を願う

#### 端午の節句

5月5日は「こどもの日」ですが、五節句のひとつの「端午の節句」でもあります。端午の節句は、もとは古代中国の厄よけの行事が伝わったものでした。邪気をはらうために使われていた菖蒲が「尚武」(武道を重んじることに)に通じることから、男の子の節句になったといわれています。

端午の節句には、こいのぼりや武者人形を飾って、ちまきや柏もちを食べます。



#### グリーンピースがおいしい季節です



グリーンピースのさわむきは、子どもたちにとって、楽しくできるお手伝いのひとつです。また、旬の食材に触れて、季節を感じる機会にもなります。さわむきをした後は、豆ごはんなどにして、おいしくいただきます。