

5月のメニュー

2019年

ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土
5月11日は笹巻参観日、試食会です。 例年より1ヶ月早く、笹がお育て、ていよいよ、 塩漬けの笹を戻して使用します。 桜の花や葉、山菜など、昔から季節の食材 を塩漬けにして保存しています。お漬物 もそうですね。昔から伝わる知恵は おばらいいですね。他にも砂糖漬け、 乾燥など、保存にはいろいろな方法があります。			1. 希望保育 (家庭弁当) 	2. 希望保育 (家庭弁当) 	3. 憲法記念日 	4. みどりの日 
6. 振替休日 	7. 厚揚げときのこの みそ炒め ブロccoliの 中華あえ なめこのみそ汁 トマト バナナ ひじきピザトースト 豆乳りんご	8. 園外活動 (保育園弁当) 	9. しらすワカメご飯 青椒肉絲 春キャベツと 揚げの中華風あえ 五目スープ りんご キャロットケーキ 牛乳	10. 雑穀ご飯 さばのみそ煮 ほうれんそうの 納豆あえ ミニトマト 豆腐のみそ汁 パナナ いりこ 牛乳	11. 笹巻参観日 試食会 	
13. 鶏レバーの オイスター炒め さつまいもの レモン煮 ブロccoli たまねぎと ワカメのみそ汁 フルーツゼリー お茶	14. 鮭の オーロラソース焼き もやしと人参の 酢みそあえ 豆乳みそ汁 パイナップル 豆パン 牛乳	15. 園外活動 (保育園弁当) 	16. 天然酵母パン ミートローフ ブロccoliと コーンのサラダ トマト かぼちゃポタージュ オレンジ 中華おこわ お茶	17. 麦ごはん 魚の干草揚げ こまつなの ドレッシングあえ じゃがいもの みそ汁 グレープフルーツ チーズクラッカー 牛乳	18. 野菜たっぷり カレー 切干大根の ごま酢あえ チーズキャンディ パナナ ビスケット 牛乳	
20. バーベキューチキン かぼちゃのサラダ トマト 大根とワカメの みそ汁 キウイフルーツ 豆乳クロック ムッシュ 牛乳	21. お楽しみ バイキング 	22. 園外活動 (保育園弁当) 	23. ミートスパゲッティ りんごの コールスローサラダ そらまめ ワカメスープ パイナップル チーズボール お茶	24. 発芽玄米ご飯 鮭のみそマヨ焼き 刻み昆布と トマトの酢の物 粉ふきいも 豆腐ととろろ昆布の すまし汁 オレンジムース ビスケット	25. 親子遠足 	
27. 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の 五目煮 スナップエンドウ あさりのみそ汁 オレンジ 抹茶ケーキ 牛乳	28. さばのムニエル トマトソース ひじきと大豆の サラダ アスパラ 切干大根のみそ汁 グレープフルーツ 豆乳プリン お茶	29. 園外活動 (保育園弁当) 	30. 酢豚 かぼちゃの土佐煮 スナップエンドウ キノコとワカメの みそ汁 キウイフルーツ フライドポテト 牛乳	31. 黒米玄米ご飯 アジの カレームニエル チキンサラダ そらまめ トマトスープ パイナップル しらすチーズ トースト 牛乳	5月のクッキングは よもぎだんごづくりです。 園の畑や三日月公園 で採れたよもぎを 使って、よもぎだんごを 作ります。 よもぎには消毒効果 や整腸作用もあり ます。	

5月の離乳食メニュー(5/1~5/18)

2019年

ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 8 ヶ月頃	補食	離乳食を食べる時は……		1.	2.	3.	4.
	昼食	赤ちゃんが離乳食を食べる時も、食事のマナーは同じです。		希望保育 (家庭弁当)	希望保育 (家庭弁当)	憲法記念日	みどりの日
	おやつ	食べることに集中できるように、テレビを消したり、おもちゃは目につかない所にしましましょう。					
9 11 ヶ月頃	補食	テレビを消したり、おもちゃは目につかない所にしましましょう。					
	昼食	「おいしいね！」ほめて声をかけ、コミュニケーションをとることも大切です。					
	おやつ						
5 8 ヶ月頃	補食	6.	7.	8.	9.	10.	11.
	昼食	振替休日	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 トマト、ブロッコリー しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、かぼちゃ 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ほうれんそう、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 トマト、ほうれんそう、 豆腐 だし(昆布)	笹巻参観日・ 給食試食会
	おやつ		食パン ミルク	フルーツ盛り合わせ ミルク	人参蒸しパン ミルク	ふかしいも ミルク	
9 11 ヶ月頃	補食		7.	8.	9.	10.	
	昼食		全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 トマト、ブロッコリー しらす 厚揚げのみそ炒め ブロッコリーの中華あ なめこのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、かぼちゃ 白身魚 きゅうりのサラダ ひとくちかぼちゃ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ほうれんそう、 青椒肉絲 春キャベツの中華あえ 五目スープ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 トマト、ほうれんそう、 白身魚 ほうれんそうの納豆あえ 豆腐とあげのみそ汁	
	おやつ		食パン ミルク	フルーツヨーグルト ミルク	人参蒸しパン ミルク	食パン ミルク	
5 8 ヶ月頃	補食	13.	14.	15.	16.	17.	18.
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、さつまいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 トマト、大根 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 トマト、じゃがいも、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 かぼちゃ、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 小松菜、キャベツ、 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、かぼちゃ しらす だし(昆布)
	おやつ	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	野菜がゆ ミルク	人参がゆ ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク
9 11 ヶ月頃	補食	13.	14.	15.	16.	17.	18.
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、さつまいも ささ身 さつまいものレモン煮 たまねぎとワカメの みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 トマト、大根 しらす もやしの酢みそあえ 豆乳みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 トマト、じゃがいも、 ささ身 鶏肉のママレード焼き 切干大根とひじきの煮 バークドポテト	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー かぼちゃ、 ミートローフ ブロッコリーサラダ かぼちゃのポタージュ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 小松菜、キャベツ 豆腐 こまつなの ドレッシングあえ じゃがいものみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、かぼちゃ しらす 野菜カレー 切干大根のごま酢あえ チーズキャンディ
	おやつ	ゼリー ミルク	蒸しパン ミルク	野菜がゆ ミルク	人参がゆ ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク

5月の離乳食メニュー(5/20~5/31)

2019年

ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	20. フルーツ	21. フルーツ	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ	25. 親子遠足
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、大根 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー トマト しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ かぼちゃ、たまねぎ、 ほうれんそう、トマト 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 きゅうり、 豆腐 だし(昆布)	
	おやつ	食パン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	青のりがゆ ミルク	オレンジゼリー ミルク	
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	20. フルーツ	21. フルーツ	22. フルーツ	22. フルーツ	24. フルーツ	 
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、大根 バーベキューチキン かぼちゃのサラダ 大根とワカメの みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー トマト しらす アスパラのお親し ブロッコリーチーズ じゃこじゃこ汁	全がゆ~軟飯 かぼちゃ、たまねぎ、 ほうれんそう、トマト 白身魚 ほうれんそうのソテー ベーコンかぼちゃ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり ささ身 ミートソース りんごの コールスローサラダ ワカメスープ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 きゅうり、 鮭のみそマヨ焼き 刻み昆布とトマトの サラダ とろろのすまし汁	
	おやつ	食パン ミルク	ホットケーキ ミルク	蒸しパン ミルク	青のりがゆ ミルク	オレンジゼリー ミルク	
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ	30. フルーツ	31. フルーツ	
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、トマト しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、 キャベツ ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 大根、きゅうり、 たまねぎ じゃがいも 白身魚 だし(昆布)	
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	ふかしいも ミルク	食パン ミルク	
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ	30. フルーツ	31. フルーツ	
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の五目煮 スナップエンドウ あさりのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、トマト しらす 鮭のムニエル ひじきのサラダ 切干大根とあげの みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、 キャベツ、 タンドリーチキン キャベツあえ ひとくちさつま	天然酵母食パン 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 酢豚 かぼちゃの土佐煮 きのこことワカメの みそ汁	全粥~軟飯 大根、きゅうり、 たまねぎ じゃがいも カレームニエル チキンサラダ トマトスープ	
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	マカロニみたらし ミルク	ふかしいも ミルク	食パン ミルク	