

5月のきゅうしょくだより

2025 年 5 月



さくらんぼ保育園

日付	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	赤色の食品 (骨・筋肉・血をつくる)	黄色の食品 (力と体温のもと)	緑色の食品 (身体の調子を整える)
1 木	ごはん 豚肉の柳川風 キャベツともやしのおかか和え じゃがいもとわかめの味噌汁 みかん缶	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	豚もも肉、卵、かつお節、牛乳	精白米、じゃがいも	ごぼう、人参、干し椎茸、玉ねぎ、キャベツ、もやし、小松菜、長ねぎ、みかん缶
2 金	ごはん 鶏肉と麩のころころ煮 切干大根の納豆和え 高野豆腐とねぎの味噌汁 バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	鶏もも肉、さつま揚げ、挽きわり納豆、高野豆腐、牛乳	精白米、車ふ、じゃがいも、油、砂糖	人参、切干大根、キャベツ、小松菜、長ねぎ、バナナ
7 水	パン えのきバーグ しょうゆフレンチ 春雨とわかめの中華スープ パイン缶	○牛乳・せんべい(未満児) ◎鮭おにぎり ◎牛乳	豚ひき肉、木綿豆腐、きなこ、牛乳、鮭フレーク	パン、油、砂糖、春雨、	えのき茸、玉ねぎ、人参、小松菜、もやし、椎茸、万能ねぎ、パイン缶、バナナ
8 木	ごはん 鶏肉と卵の親子煮 土佐酢和え じゃがいもと切干大根の味噌汁 みかん缶	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	鶏もも肉、卵、牛乳	精白米、砂糖、じゃがいも	人参、玉ねぎ、干し椎茸、キャベツ、もやし、切干大根、長ねぎ、みかん缶
9 金	ごはん 豚肉の生姜焼き カラフルひじき 小松菜とねぎの味噌汁 バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎おかかおにぎり ◎牛乳	豚かたロース、ベーコン、木綿豆腐、牛乳、かつお節	精白米、油、砂糖、押麦、いりごま	生姜、玉ねぎ、ピーマン、人参、小松菜、ホールコーン缶、長ねぎ、バナナ
10 土	焼きそば 白菜とベーコンの中華スープ 鉄強化チーズ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	豚もも肉、ベーコン、鉄強化チーズ、牛乳	蒸し中華めん、油	キャベツ、人参、もやし、小松菜、玉ねぎ、白菜、えのき茸、長ねぎ
12 月	キーマカレーライス キーマカレー 大根の和風サラダ 鉄強化ヨーグルト	○牛乳・せんべい(未満児) ◎キャロットケーキ ◎牛乳	豚ひき肉、スキムミルク、鉄強化ヨーグルト、牛乳、おから、卵、プレーンヨーグルト、調製豆乳	精白米、じゃがいも、油、上新粉、砂糖、小麦粉	玉ねぎ、人参、切干大根、大根、キャベツ
13 火	たけのこごはん 魚のごま味噌煮 春野菜のお浸し 豆腐とねぎの澄まし汁 バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎きなこパンケーキ ◎牛乳	鶏ひき肉、油揚げ、鮭、絹ごし豆腐、牛乳、きなこ	精白米、砂糖、すりごま、ホットケーキミックス、油	たけのこ、人参、生姜、キャベツ、もやし、小松菜、長ねぎ、バナナ
14 水	お誕生会メニュー 鯉のぼりオムレツ ミートボールの照り焼き マセドアンサラダ 豆腐とわかめのスープ フルーツゼリー	○牛乳・せんべい(未満児) ◎柏餅風オムレツ ◎牛乳	鶏ひき肉、豚ひき肉、スキムミルク、木綿豆腐、豆乳、卵、牛乳	精白米、油、じゃがいも、砂糖、ホットケーキミックス、いりごま、ごま油	玉ねぎ、人参、きゅうり、ホールコーン
15 木	ごはん ひじき入り厚焼き卵 竹輪と人参のカレー煮 味付けのり 春雨とチンゲンサイの中華スープ 桃缶	○牛乳・せんべい(未満児) ◎わかめおにぎり ◎牛乳	鶏ひき肉、卵、焼き竹輪、牛乳	精白米、すりごま、砂糖、油、しらたき、春雨、押麦、いりごま	人参、玉ねぎ、ブロッコリー、チンゲンサイ、生姜、桃缶
16 金	ごはん 豚肉とふきの煮物 野菜の納豆和え 小松菜とえのき茸の味噌汁 みかん缶	○牛乳・せんべい(未満児) ◎黒糖蒸しパン ◎牛乳	豚もも肉、厚揚げ、挽きわり納豆、牛乳、調製豆乳	精白米、車ふ、砂糖、上新粉、黒砂糖、油	ふき、人参、切干大根、白菜、小松菜、えのき茸、長ねぎ、みかん缶
17 土	きつねうどん きつねうどん汁 ツナサラダ 鉄強化チーズ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	油揚げ、ツナ缶、スキムミルク、鉄強化チーズ、牛乳	干しうどん、すりごま	人参、玉ねぎ、小松菜、長ねぎ、キャベツ
19 月	ごはん 鶏肉とかぶの豆乳シチュー きなこサラダ ポイルウインナー みかん	○牛乳・せんべい(未満児) ◎小松菜とバナナのケーキ ◎牛乳	鶏もも肉、調製豆乳、スキムミルク、きなこ、ポークウインナー、牛乳	精白米、じゃがいも、油、上新粉、ホットケーキミックス、いりごま	玉ねぎ、人参、かぶ、小松菜、ブロッコリー、みかん、バナナ
20 火	かきあげ丼 海鮮かき揚げ 野菜のいそべ和え 豆腐と切干大根の味噌汁	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	えび、いか、木綿豆腐、牛乳	精白米、小麦粉、片栗粉、油、砂糖	玉ねぎ、人参、万能ねぎ、もやし、キャベツ、小松菜、切干大根

5月のきゅうしょくだより

2025 年 5 月



さくらんぼ保育園

日付	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	赤色の食品 (骨・筋肉・血をつくる)	黄色の食品 (力と体温のもと)	緑色の食品 (身体の調子を整える)
21 水	ごはん 豆腐とツナのチキンバーグ 彩り野菜のナムル 小松菜と厚揚げ豆腐の豆乳ごま味噌汁 バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	鶏ひき肉、ツナ缶、木綿豆腐、厚揚げ、調製豆乳、牛乳	精白米、押麦、片栗粉、油、すりごま、ごま油	玉ねぎ、キャベツ、もやし、人参、きゅうり、小松菜、長ねぎ、バナナ
22 木	春のさわやかちゃんぽんうどん 切干大根のさっぱり和え 花形たまご 鉄強化チーズ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎鮭おにぎり ◎牛乳	豚ばら肉、蒸しかまぼこ、卵、スキムミルク、鉄強化チーズ、牛乳、塩だけ	干しうどん、ごま油、砂糖、すりごま、精白米、押麦、いりごま	干し椎茸、玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、長ねぎ、切干大根、きゅうり
23 金	ごはん 豚肉と高野豆腐の甘辛煮 ダブルポテトサラダ 小松菜とえのき茸の澄まし汁 キウイフルーツ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎小倉蒸しパン ◎牛乳	豚もも肉、高野豆腐、スキムミルク、牛乳、調製豆乳	精白米、油、砂糖、すりごま、じゃがいも、さつまいも、上新粉	人参、玉ねぎ、しめじ、生姜、にんにく、小松菜、えのき茸、キウイフルーツ
24 土	スパゲティナポリタン 具だくさんスープ 鉄強化チーズ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	豚ひき肉、ベーコン、鉄強化チーズ、牛乳	スパゲッティ、油	にんにく、玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン、キャベツ、小松菜
26 月	ボークカレーライス ボークカレー汁 コールスローサラダ 鉄強化ヨーグルト	○牛乳・せんべい(未満児) ◎ココアケーキ ◎牛乳	豚もも肉、スキムミルク、鉄強化ヨーグルト、牛乳、調製豆乳	精白米、じゃがいも、油、上新粉、砂糖	玉ねぎ、人参、切干大根、レーズン、小松菜、キャベツ、きゅうり、ホールコーン缶
27 火	ごはん 魚のバターしょうゆ焼き フレンチサラダ ジュリエンスープ バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎ひじきおにぎり ◎牛乳	たら、ベーコン、牛乳	精白米、バター、油、押麦、砂糖、いりごま	ブロッコリー、キャベツ、アスパラガス、ホールコーン缶、人参、ごぼう、玉ねぎ、バナナ
28 水	中華丼 八宝菜 小松菜ともやしの中華和え わかめとえのき茸の中華スープ みかん	○牛乳・せんべい(未満児) ◎ポテトクラッカー ◎牛乳	豚もも肉、厚揚げ、牛乳、粉チーズ	精白米、油、片栗粉、ごま油、春雨、砂糖、いりごま、じゃがいも、小麦粉	人参、たけのこ、干し椎茸、白菜、玉ねぎ、チンゲンサイ、小松菜、もやし、えのき茸、長ねぎ、みかん
29 木	ごはん ふわふわ卵焼き 切干大根の納豆和え 豚汁 バナナ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎ヨーグルトパン ◎牛乳	鶏ひき肉、スキムミルク、卵、挽きわり納豆、豚ばら肉、木綿豆腐、牛乳、プレーンヨーグルト	精白米、油、強力粉、砂糖	玉ねぎ、人参、切干大根、キャベツ、小松菜、ごぼう、大根、長ねぎ、バナナ
30 金	ごはん 鶏肉のくわ焼き 油揚げと野菜のお浸し じゃがいもと切干大根の味噌汁	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	鶏もも肉、油揚げ、牛乳	精白米、油、砂糖、じゃがいも	ブロッコリー、キャベツ、もやし、小松菜、人参、切干大根、長ねぎ
31 土	ミートソーススパゲティ 具だくさんスープ 鉄強化チーズ	○牛乳・せんべい(未満児) ◎せんべい・ビスケット ◎牛乳	豚ひき肉、ベーコン、鉄強化チーズ、牛乳	スパゲッティ、油	人参、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、キャベツ、小松菜

(給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください)

5月5日・端午の節句

5月5日は「子どもの日」、柏餅を食べてお祝いをします。行事食にはそれぞれいわれや意味があり、先人たちの願いや思い

鯉のぼりのいわれ

急な流れや大きな滝も跳ね上がり、勢よく泳ぐ鯉の姿と重ね合わせ、たくましく元気に育てとの願いが込められています。



しょうぶ湯のいわれ

邪気や災難よけの薬草です。「菖蒲」と「尚武」で「武」を尊び「勝負」にかけており、立身出世の願いが込められています。



柏餅のいわれ

柏の葉は、邪気を払い、一家繁栄の願いが込められています。

