令和　5　年度

5月のこんだて

社会福祉法人
村の木清福会
地域の未来のたねになる

1日（月）　朝おやつ（未）ぽんせんべい

キヌアごはん（ふりかけ）
しょうがスープ
はるさめいため
おろしなっとうあえ

おやつ　オレンジゼリー

以上児：425 kcal　未満児：342 kcal

2日（火）　朝おやつ（未）赤ちゃんせんべい

うめごまごはん（ふりかけ）
わかめのみそしる
とりのからあげ
にんじんドレッシングサラダ

おやつ　よもぎだんご

以上児：632 kcal　未満児：507 kcal

3日（水）

憲法記念日

4日（木）

みどりの日

5日（金）

こどもの日

8日（月）　朝おやつ（未）塩せんべい

あずきごはん（ごましお）
えんのみそしる
きりぼしだいこんのにもの
わかめなっとうあえ

おやつ　よもぎむしぱん

以上児：519 kcal　未満児：417 kcal

9日（火）　朝おやつ（未）げんまいせんべい

くろまいごはん
たまねぎカレー
じゃがいもカレーグリル
たまねぎドレッシングサラダ

おやつ　あずきクラッカー

以上児：417 kcal　未満児：336 kcal

10日（水）　朝おやつ（未）ぽんせんべい

グリンピースごはん
たまねぎのみそしる
さけのみりんやき
ごまなっとうあえ

おやつ　カレーピラフおむすび（いりこ）

以上児：609 kcal　未満児：490 kcal

11日（木）　朝おやつ（未）赤ちゃんせんべい

しょうがごはん（ふりかけ）
キャベツのみそしる
あつあげのあまずあん
かいそうたまねぎサラダ

おやつ　ごまプリン

以上児：471 kcal　未満児：379 kcal

12日（金）　朝おやつ（未）塩せんべい

キヌアごはん（ふりかけ）
じゃがいものみそしる
だいこんとくるまふのにもの
ひじきなっとうあえ

おやつ　ねじりんぼう

以上児：507 kcal　未満児：407 kcal

15日（月）　朝おやつ（未）げんまいせんべい

わかめごはん
だいこんのみそしる
ベジミートのからあげ
あおななっとうあえ

おやつ　うめクッキー

以上児：528 kcal　未満児：424 kcal

16日（火）　朝おやつ（未）ぽんせんべい

おしむぎごはん（ふりかけ）
あおなのみそしる
じゃがいものカレーに
キャベツのいそべあえ

おやつ　ざっこくドーナツ

以上児：555 kcal　未満児：446 kcal

17日（水）　朝おやつ（未）赤ちゃんせんべい

ごまごはん（ふりかけ）
はるさめスープ
マーボーどうふ
3しょくナムル

おやつ　きなこあめ

以上児：484 kcal　未満児：389 kcal

18日（木）　朝おやつ（未）塩せんべい

キヌアごはん（ふりかけ）
わかめのみそしる
ぶたにくいりきんぴらごぼう
じゃこなっとうあえ

おやつ　あずきポリポリ（いりこ）

以上児：518 kcal　未満児：416 kcal

19日（金）　朝おやつ（未）げんまいせんべい　新月

くろまいあずきごはん（ごましお）
えんのみそしる
きりぼしだいこんのにもの
しらあえ

おやつ　さつまいもチップス

以上児：432 kcal　未満児：348 kcal

22日（月）　朝おやつ（未）ぽんせんべい

グリンピースごはん
じゃがいものみそしる
あつあげたまねぎみそやき
にんじんシリシリ

おやつ　とうふしらたま

以上児：546 kcal　未満児：439 kcal

23日（火）　朝おやつ（未）赤ちゃんせんべい

きりぼしだいこんごはん
きのこのみそしる
ひじきのにもの
ごまなっとうあえ

おやつ　メープルクッキー

以上児：529 kcal　未満児：425 kcal

24日（水）　朝おやつ（未）塩せんべい

うめごはん（ふりかけ）
かいそうのみそしる
ぶたにくのしょうがやき
こうじドレッシングサラダ

おやつ　オレンジゼリー

以上児：534 kcal　未満児：429 kcal

25日（木）　朝おやつ（未）げんまいせんべい

アマランサスごはん（ふりかけ）
えんのみそしる
とうふとあおなのカレーいため
おろしなっとうあえ

おやつ　ゆかりじゃこおむすび（いりこ）

以上児：552 kcal　未満児：415 kcal

26日（金）　朝おやつ（未）ぽんせんべい

キヌアごはん（ふりかけ）
わかめスープ
くるまふのなんばんづけ
キャベツのナムル

おやつ　ポテトチップス（のりしお）

以上児：436 kcal　未満児：351 kcal

29日（月）　朝おやつ（未）赤ちゃんせんべい

キヌアごはん
たまねぎカレー
あつあげカレーグリル
にんじんドレッシングサラダ

おやつ　きなこおはぎ

以上児：527 kcal　未満児：423 kcal

30日（火）　朝おやつ（未）塩せんべい

にんじんごはん
とうふのみそしる
きんぴらごぼう
かいそうあえ

おやつ　よもぎむしぱん

以上児：458 kcal　未満児：368 kcal

31日（水）　朝おやつ（未）げんまいせんべい

アマランサスごはん（ふりかけ）
のりときりぼしのみそしる
じゃがいものそぼろに
きのこなっとうあえ

おやつ　あんにんどうふ

以上児：481 kcal　未満児：387 kcal

※食材の仕入れ状況や天候により、
メニューが変更になる場合がございます。

※給食とおやつに番茶がつきます。

園の給食は毎日、有機しょうゆを使用しています。
※しょうゆには有機小麦が入っています。

※新月、満月の前後のおやつが、
より排毒するために小豆を使ったおやつになりました。
楽しみにしていてください。