

# 5がつ こんだてよていひょう

令和6年4月30日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

15日(水)は、完全給食の日。

(3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)

\*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。

日	曜日	めにゆー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
1	水	ぼうむくーへん いちご	ちきにんなげつと そらまめしちゅー きゃべつとこーんのようにふう煮 りんご	きらきら ふる一つかんでん	こむぎこ 油 さとう ばたー おりーぶおいる ジャがいも	とりにく たまご べーこん ぎゅうにゅう こなちーず	たまねぎ にんじん れもん きゃべつ こーん しめじ そらまめ りんご	魚介類・葉もの
2	木	おかし・みろ	さけのぼとやき ゆですなつぷ まかろにのかれーいため ばなな	あげぱん	じゃがいも まよねーず あぶら まかろに	さけ すきむみるく ぶたミンチ	にんじん たまねぎ こーん さやいんげん にんにく すなつぷえんどう ばなな	海藻類・ごま・ナッツ
7	火	すなっくぱん ばななじゅーす	はっしゅどびーふ だいずのかみかみサラダ おれんじ	やきいもむすび	ばたー こむぎこ さとう いとこんにやく まよねーず	ぎゅうにく だいず	たまねぎ にんじん まっしゅるーむ にんにく きゅうり おれんじ	たまご・緑黄色やさしい
8	水	ぼいるういんなー	とんじゃがばーぐ ゆかりあえ あすばらとえびのそてー きうい	ふる一つよーぐると	じゃがいも かたくりこ さとう ごまあぶら あぶら	ぶたにく むきえび	あすばらがす たまねぎ きゃべつ きゅうり にんじん きういふる一つ	大豆製品・葉もの
9	木	やきいも うえはーす	しろみさかなのおらんだあげ すーが かんぴょうのごまみそあえ ばなな	ここあ れんにゅうらすく	こむぎこ 油 さとう 春雨 しろすりごま かたくりこ	しろみさかな たまご みそ ぶたにく	にんじん たまねぎ ばせり かんぴょう もやし ちんげんさい きゃべつ ねぎ ばなな	乳製品・いも類
10	金	ばなな ぶちがりん	おからきっしゅ きゅうりのこんぶもみ じゃがいもとびーすのあま煮 なつみ	れもんどーなつ	ばたー ジャがいも さとう	おから 卵 べーこん ちーず なまくりーむ 牛乳 しお昆布	にんじん たまねぎ ぴーまん ぐりんぴーす きゅうり なつみ	魚介類・ごま・ナッツ
11	土		<b>さんかんぴ</b>					
13	月	2色くらっかー 乳酸菌飲料	ぶたにくのまよいため りんご やきあぶらあげときゅうりのすのもの	しろごま とうにゅうがりん	こむぎこ あぶら さとう まよねーず	ぶたにく わかめ しらすぼし あぶらあげ	あすばらがす きゃべつ にんじん ほししいたけ きゅうり りんご	たまご・緑黄色やさしい
14	火	りんご ぶちぜりー	さわらのぐらたん ゆですなつぷ やさしいたまごいため なつみ	みるきーかつぷ	あぶら まかろに こむぎこ ばたー ばんこ	さわら ぎゅうにゅう ちーず べーこん たまご	たまねぎ にんじん しめじ きゃべつ 黄ぴーまん すなつぷえんどう なつみ	大豆製品・葉もの
15	水	おかし・かるびす	<b>ぐりんぴーすごはん</b> ころころあげ きりこんぶのいため煮 ばなな	あんすていっくぱい おれんじ	<b>こめ</b> さつまいも こむぎこ あぶら さとう	だいず たまご あおのり きざみこんぶ いりこ	ぐりんぴーす にんじん なましいたけ ごぼう ばなな	肉類・淡色やさしい
16	木	まかろにの あベカワ	なまあげとやさしいいためもの きゅうりのなめたけあえ おれんじ	ふかししんじゃが	ごまあぶら さとう かたくりこ	なまあげ みそ	きゃべつ にんじん きくらげ たまねぎ こまつな きゅうり なめたけ おれんじ	乳製品・かんきつ類
17	金	のむよーぐると びーなつっさんど	ささみのれもん煮 ちゅうかすーが そらまめのぼととサラダ りんご	こいのぼりくつきー	かたくりこ あぶら さとう じゃがいも まよねーず	とりささみ べーこん	れもんじる そらまめ にんじん こーん たまねぎ ちんげんさい りんご	海藻類・ごま・ナッツ
18	土	おかし ぎゅうにゅう	なぼりたんやきうどん もやしときゅうりのなむる ばなな	おかし	ゆでうどん あぶら ばたー ごまあぶら さとう	ういんなー こなちーず	にんじん たまねぎ ぴーまん にんにく こーん もやし きゅうり ばなな	たまご・いも類
20	月	ぜりー	とりにくとひじきのにも なます おれんじ	もちもち すいーとぼと	ごまあぶら さとう	とりにく 芽ひじき かにかま	にんじん たまねぎ さやいんげん きりぼしだいこん きゅうり おれんじ	大豆製品・ごま類
21	火		<b>おたのしみランチ</b>		<b>♪誕生会の日の★ちょっとかわいい★ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいります♪</b> 			
22	水	やきいも おれんじ	こうやどうふのあまず煮 いり煮こんにやく ばなな	すなっく・りんご	かたくりこ あぶら さとう いたこんにやく ごまあぶら	こうやどうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ しめじ ばなな	乳製品・やさしい
23	木	じゃむとーすと ぶどうじゅーす	かぼちゃのちんじゃおろーす はるやさしいサラダ りんご	にんじんぜりーぼんち	ごまあぶら さとう かたくりこ しろごま	ぶたにく	かぼちゃ 赤ぴーまん ぴーまん にんにく しょうが きゃべつ すなつぷえんどう えりんぎ 人参 りんご	魚介類・いも類
24	金	うえはーす りんご	あじふらいたるたるそーす おれんじ あすばらじゃーまんぼとと そらまめ煮	みるくくずもち	こむぎこ ばんこ まよねーず おりーぶおいる	あじ たまご べーこん	たまねぎ ばせり れもん あすばらがす そらまめ おれんじ	海藻類・葉もの
25	土	おかし ぎゅうにゅう	ちゅうかやきそば ぴーばたーあえ ばなな	おかし	やきそばめん あぶら さとう ごまあぶら ぴーなつぷばたー	ぶたにく	にんじん たまねぎ もやし いら にんにく きゃべつ ばなな	大豆製品・かんきつ類
27	月	おれんじ ぶちぜりー	だいずいりかれー りんごサラダ きういふる一つ	ぐりんぴーすの まどれーぬ	じゃがいも あぶら さとう	だいず ぎゅうにく かにかま なまくりーむ	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく りんご きゃべつ こーん きういふる一つ	海藻類・緑黄色やさしい
28	火	おかし ばなならっしー	さけのめーがるますたーどそてー はるさめサラダ みそすーが りんご	こぎつねおにぎり	こむぎこ ばたー はるさめ まよねーず あぶら	さけ とりささみ ぶたにく とうにゅう みそ	きゅうり にんじん たまねぎ かぼちゃ しめじ りんご	たまご・やさしい
29	水	ぼうむくーへん ばなな	とりてん のっぺじる (おおいたけん) ちんげんさいのさつと煮 おれんじ	じりやき・りんご	小麦粉 米粉 油 さつまいも さとう 板こんにやく 片栗粉	とりにく さつまあげ あぶらあげ	にんにく しょうが ちんげんさい えのきたけ 人参 ごぼう ほししいたけ さやいんげん おれんじ	乳製品・ごま・ナッツ
30	木	2色くらっかー はちみつりんご	ごもくたまごとし いんげんのすきむごまあえ ばなな	つぶつぶみかん かるびすぜりー	あぶら さとう しろねりごま しろごま	あぶらあげ ちくわ たまご すきむみるく	たまねぎ しめじ にんじん さやいんげん かぼちゃ 黄ぴーまん ばなな	肉類・淡色やさしい
31	金	ぼいるういんなー	とうふのにくみそぐらたん りんご らしょくそてー とうみょうおかかあえ	くりーむぱん	あぶら まよねーず さとう	もめんどうふ ぶたミンチ みそ べーこん かつおぶし	しそ ちんげんさい しめじ こーん もやし とうみょう たまねぎ にんじん りんご	海藻類・かんきつ類