

5月の献立予定表

| 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | 7(土) |
|---|---|---|-------------------------------|---|------------------------------|
| ハヤシライス マカロニサラダ | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | ナポリタン グリーンサラダ 卵スープ | 親子丼 キャベツのごま和え じゃが芋の味噌汁 |
| ラスク | | | | カップケーキ | ミニドーナツ |
| 9(月) | 10(火) | 11(水) | 12(木) | 13(金) | 14(土) |
| ご飯 ブリの照り焼き 青菜の白和え きのこの味噌汁 | ご飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し 豆腐の味噌汁 | ご飯 豚肉の甘辛ソテー コールスロー 小松菜の味噌汁 | ご飯 鮭のフライ 温野菜 わかめの味噌汁 | ロールパン グラタン トマトサラダ コンソメスープ | ホットドッグ ベイクドポテト 野菜のスープ |
| ヨーグルト | シュガーパイ | ポテトチップス | 苺サンド | たぬきおにぎり | ビスケット |
| 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| ご飯 回鍋肉 もやし中華和え 大根の味噌汁 | ご飯 鯖の西京焼き きゅうりの酢の物 かき玉汁 | ご飯 ローストチキン ポテトサラダ 人参の味噌汁 | ご飯 餃子 中華サラダ 豆腐の味噌汁 | クロワッサン(チーズパン) カレーのバター焼き グリル野菜 玉葱のスープ | チャーハン レタスサラダ 中華スープ |
| ちよぼクッキー | アメリカンドッグ | 小倉トースト | おからボール | 焼きそば | クッキー |
| 23(月) | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | 28(土) |
| ご飯 鯖の塩焼き わかめの酢の物 えのきの味噌汁 | ご飯 鶏の唐揚げ コーンサラダ 白菜の味噌汁 | ご飯 鮭のコーンマヨ焼き ブロッコリーのごま和え 油揚げの味噌汁 | 豚丼 はりはり漬け しめじの味噌汁 | チーズパン ハンバーグ フライドポテト スープ・ヤクルト | サンドイッチ 添え野菜 人参スープ |
| ピザトースト | わらび餅(おにぎり) | チョコチップクッキー(クッキー) | ヨーグルト | 苺のケーキ | バウムクーヘン |
| 30(月) | 31(火)【郷土料理】 | ☆昼食時に果物(いちご、バナナ等)を出しています。 ☆5/27(金)はお誕生日会・/31(火)は郷土料理メニューです。 ☆()の中は、0.1.2歳児さんに提供する昼食、おやつです。 ☆献立は都合により変更となることがあります。 | | | |
| ご飯 カレーのゴマ醤油焼き かぼちゃの煮物 キャベツの味噌汁 |  ご飯 芋煮 玉子寒天 孟宗汁 |  | | | |
| ホットケーキ | がんづき | | | | |

☆給食だより☆

今月の目標「一日三食しっかり食べよう」

新年度が始まって一か月が経ちましたが、5月に入るとお休みも多く、
 生活のリズムが崩れがちになると思います。規則正しい生活、一日三食
 手洗いうがいで体調管理をしっかりしよう！

郷土料理

第13回目「山形県」



【芋煮】…江戸時代に最上川の河原で松の枝に鍋をつるして
皆で芋を煮て食べたのがはじまりです。

里芋・牛肉・こんにやく・ねぎが主な具材です。

【玉子寒天】…溶き卵を寒天で固めたものです。

甘い醤油味で祭りや正月などのお祝い事の
ときにつくられます。

【孟宗汁】…孟宗という孟宗竹のたけのこを使った料理です。

【がんづき】…漢字で書くと「雁^{がんづき}月」。

鳥の「雁」が真ん中のお月様に飛んでいる様子
をモチーフにして、丸い蒸しパンに黒ごま・くるみ
を乗せたお菓子です。

🍴今月のおすすめレシピ🍴

がんづき

【材料】(4人分)

- ・小麦粉…100g・ベーキングパウダー…3g
- ・牛乳…100cc・黒ごま…小 1/2
- ・黒砂糖…大 5弱・醤油…小 1・油…大 1弱

【作り方】

1. 小麦粉とベーキングパウダーを合わせて
ふるっておく。
2. ボールに牛乳を入れ、黒砂糖を溶かす。
3. 2に醤油と油を混ぜる。
4. 3に1をさっくり混ぜカップに流す。
5. 黒ごまをちらし強火で20分蒸す。