5月の献立　5/1～5/11

2024年　　みつばち保育園

日/曜日	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ
1 ／ 水	ごはん	鮭の塩焼き 大根切干の煮物 豚汁	鮭 油揚げ 豚もも肉、豆腐	じゃがいも	人参、玉葱、切干大根、えのきたけ キャベツ、人参、玉葱、葉ねぎ	梅ひじきごはん
2 ／ 木	ごはん	がんもどきのあんかけ ほうれんそうのごま和え じゃがいもの味噌汁	がんもどき、豚ひき肉	ごま じゃがいも	玉葱、人参、さやいんげん ほうれんそう 玉葱、葉ねぎ	たけのこごはん
7 ／ 火	ごはん	マーボー豆腐 きゅうりの酢の物 新玉スープ	豆腐、豚ひき肉 かつおぶし 豚ベーコン		にら、にんにく、しょうが、椎茸（乾） きゅうり、わかめ 玉葱、パセリ	安倍川マカロニ （小麦） 豆乳
8 こどもの日メニュー ／ 水		和風ミートローフ 甘酢和え すまし汁そうめん	豆腐、鶏ひき肉、鶏卵 	ごま そうめん・ひやむぎ	人参、長ねぎ、生姜、生椎茸、パセリ キャベツ、きゅうり、みかん缶 青梗菜、えのきたけ、葉ねぎ	さくさくレモンクッキー （小麦、乳、鶏卵） 豆乳
9 ／ 木	ごはん	鶏手羽元の甘辛煮 キャベツのサラダ 味噌汁	鶏手羽元		生姜 キャベツ、パインアップル、干しぶどう、レモン かぶ、人参、スナップえんどう	カップケーキ （小麦） 豆乳
10 ／ 金	ごはん	厚揚げの煮物 ししゃも じゃがいもの味噌汁	豚肩ロース ししゃも	じゃがいも	椎茸（乾）、人参、青梗菜、きくらげ、玉葱、にんにく、しょうが 玉葱、葉ねぎ、キャベツ	ジャムパン （小麦粉） 豆乳
11 ／ 土	めん	五目うどん ふかし芋 チーズ・バナナ	鶏胸肉、油揚げ チーズ	うどん さつまいも バナナ	人参、キャベツ、葉ねぎ	おせんべい

※　おやつについてはアレルギー特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）のみ表示いたします。

みつばちのだいどころより

こどもたちが毎日元気に過ごせるように、

「きょうのごはんはおいしく食べてくれたかな」

成長を見守る母親のような気持ちで給食を作っています

～みつばちで大事にしていること～

0歳～2歳という最初に「食べるということ」「食材」に出会う大切な年齢なので
「食べることが楽しい」「おいしい」という気持ちが育つことを大事にしています

「食べること」は「生きること」！！

私たちの身体は〈食べたもの〉でつくられていきます
子どもたちの心身の成長にとって良いものを食べてもらうことを心がけています

・食材そのものの味を味わうこと
出し汁をとることで、薄味でも素材の味そのものを感じながらおいしくいただけます
甘い・苦い・酸っぱい・辛いという味覚の形成がされていくこの時期に、
「食材のそのものの味を美味しい」と感じられる味覚を持つことは、人生の土台になると考えています

・地産地消　その土地の風土に合ったものは、そこに生活する人のからだにあっているものです　防腐剤や保存料も避けたいですね
・旬のものをたくさん取り入れて　旬のものはおいしいだけでなく、栄養満点
・行事食を大切に　日本の伝統に楽しく触れてほしいと考えています
・排便にも心がけて　子どもたちが心も体もすっきり生活できるように

給食室の前に、サンプルを掲示しています。お子さんと
「きょうの給食はおいしかった？」とお話ししてもらえれば嬉しいです