

令和6年

5 たんぽぽぐみ こんだてひょう

元岡幼稚園

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間
					血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
1	水	茶 パフ	ぎゅうにゅう・ごはん ウインナーオムレツ・レタス はるさめサラダ	茶 きなこおはぎ	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム・きな粉	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・パフ・マヨネーズ もち米・あんこ・砂糖	玉葱・人参・きゅうり パセリ
2	木	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん ちゅうかふうローストチキン じゃこサラダ	茶 カトルカール	牛乳・鶏肉・鶏卵 しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖・植物油・粉糖 薄力粉	玉葱・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり 人参・レモン・オレンジ
7	火	茶 もも缶	ぎゅうにゅう・ごはん ぶたにくのしょうがやき キャベツのあえもの	茶 ピザトースト	牛乳・豚肉・ウインナー ピザ用チーズ	精白米・植物油・砂糖 ごま・ごま油・食パン	玉葱・人参・生姜・トマト キャベツ・小松菜 コーン・もも缶
8	水	茶 パフ	ぎゅうにゅう・ごはん みそつくね わかめのごまずあえ	茶 バナナ せんべい	牛乳・豚ひき肉 調整豆乳・米みそ	精白米・植物油・パン粉 砂糖・ごま・ごま油 パフ・せんべい	玉葱・えのきたけ・人参 きゅうり・生姜・わかめ バナナ
9	木	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのあげに・もとおかトマト マセドアンサラダ	茶 かぼちゃと黒ごまの 蒸しパン	牛乳・白身魚・ハム チーズ・鶏卵	精白米・片栗粉・砂糖 マカロニ・揚げ油・ごま	生姜・コーン・きゅうり 人参・オレンジ かぼちゃ・トマト
10	金	茶 ビスケット	のむヨーグルト・サンドイッチ フライドポテト・パインサラダ スパゲティ・ナポリタン	茶 トマトかん くろぼう	飲むヨーグルト・チーズ ベーコン・シーチキン	食パン・砂糖・植物油・揚げ油 スパゲティ麺・くろぼう	パン缶・人参・きゅうり 玉葱・ピーマン・コーン キャベツ・マッシュルーム缶
13	月	茶 バナナ	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのこうみやき あぶらあげときゅうりのごまずあえ	茶 ミルクプリン ミニせんべい	牛乳・白身魚・うす揚げ かつおだし・生クリーム	精白米・ごま油・植物油 ごま・砂糖	青ねぎ・にんにく・生姜 きゅうり・人参・バナナ 粉寒天・みかん缶
14	火	茶 パイン缶	ぎゅうにゅう・ごはん とうふのまさごあげ きりぼしだいこんのふくめに	茶 あまなつ クッキー	牛乳・木綿豆腐・鶏ひき肉 白す干し・鶏卵・うす揚げ 昆布・かつおだし	精白米・ごま・片栗粉 揚げ油・砂糖・クッキー	人参・切干大根 干しいたけ・小松菜 パイン缶・あまなつ
15	水	茶 パフ	ぎゅうにゅう・ごはん ウインナーオムレツ・レタス はるさめサラダ	茶 きなこおはぎ	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム・きな粉	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・パフ・マヨネーズ もち米・あんこ・砂糖	玉葱・人参・きゅうり パセリ
16	木	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん ちゅうかふうローストチキン じゃこサラダ	茶 カトルカール	牛乳・鶏肉・鶏卵 しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖・植物油・粉糖 薄力粉	玉葱・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり 人参・レモン・オレンジ
17	金	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう みそラーメン だいずのサラダ	茶 オレンジゼリー かりんとう	牛乳・鶏がらだし 焼き豚・鶏卵・米みそ ゆで大豆	中華麺・ごま・ごま油 植物油・ビスケット かきんとう・れんこんジュワ	もやし・人参・青ねぎ 生姜・キャベツ・きゅうり 粉寒天・みかん缶
20	月	茶 バナナ	ぎゅうにゅう・ごはん かぼちゃグラタン じゃこまつな	茶 あまなつ クッキー	牛乳・鶏肉・ちくわ 粉チーズ・白す干し	精白米・植物油・バター ごま・薄力粉・パン粉 クッキー	人参・マッシュルーム缶 かぼちゃ・玉葱・パセリ 小松菜・あまなつ・バナナ
21	火	茶 もも缶	ぎゅうにゅう・ごはん ぶたにくのしょうがやき キャベツのあえもの	茶 ピザトースト	牛乳・豚肉・ウインナー ピザ用チーズ	精白米・植物油・砂糖 ごま・ごま油・食パン	玉葱・人参・生姜・トマト キャベツ・小松菜 コーン・もも缶
22	水	茶 パフ	ぎゅうにゅう・ごはん みそつくね わかめのごまずあえ	茶 バナナ せんべい	牛乳・豚ひき肉 調整豆乳・米みそ	精白米・植物油・パン粉 砂糖・ごま・ごま油 パフ・せんべい	玉葱・えのきたけ・人参 きゅうり・生姜・わかめ バナナ
23	木	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのあげに・もとおかトマト マセドアンサラダ	茶 かぼちゃと黒ごまの 蒸しパン	牛乳・白身魚・ハム チーズ・鶏卵	精白米・片栗粉・砂糖 マカロニ・揚げ油・ごま	生姜・コーン・きゅうり 人参・オレンジ かぼちゃ・トマト
24	金	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう スパゲティ・カレーソース りんごとキャベツのフレンチサラダ	茶 トマトかん くろぼう	牛乳・牛ひき肉・バター 豚ひき肉・粉チーズ ゆで大豆	スパゲティ麺・植物油 薄力粉・三温糖 ビスケット・くろぼう	玉葱・人参・ピーマン・パセリ・トマト マッシュルーム缶・トマトピューレ りんご・きゅうり・干しぶどう・粉寒天
27	月	茶 バナナ	ぎゅうにゅう・ごはん さかなのこうみやき あぶらあげときゅうりのごまずあえ	茶 ミルクプリン ミニせんべい	牛乳・白身魚・うす揚げ かつおだし・生クリーム	精白米・ごま油・植物油 ごま・砂糖	青ねぎ・にんにく・生姜 きゅうり・人参・バナナ 粉寒天・みかん缶
28	火	茶 パイン缶	ぎゅうにゅう・ごはん とうふのまさごあげ きりぼしだいこんのふくめに	茶 あまなつ クッキー	牛乳・木綿豆腐・鶏ひき肉 しらす干し・鶏卵・うす揚げ 昆布・かつおだし	精白米・ごま・片栗粉 揚げ油・砂糖・クッキー	人参・切干大根 干しいたけ・小松菜 パイン缶・あまなつ

29	水	茶 パフ	ぎゅうにゅう・ごはん ウインナーオムレツ・レタス はるさめサラダ	茶 きなこおはぎ	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム・きな粉	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・パフ・マヨネーズ もち米・あんこ・砂糖	玉葱・人参・きゅうり パセリ
30	木	茶 オレンジ	ぎゅうにゅう・ごはん ちゅうかふうローストチキン じゃこサラダ	茶 カトルカール	牛乳・鶏肉・鶏卵 しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖・植物油・粉糖 薄力粉	玉葱・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり 人参・レモン・オレンジ
31	金	茶 ビスケット	ぎゅうにゅう みそラーメン だいのサラダ	茶 オレンジゼリー かりんとう	牛乳・鶏がらだし 焼き豚・鶏卵・米みそ ゆで大豆	中華麺・ごま・ごま油 植物油・ビスケット かりんとう・オレンジジュース	もやし・人参・青ねぎ 生姜・キャベツ・きゅうり 粉寒天・みかん缶

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。
※網掛けの日はお誕生会、★は新メニューです。



給食だより



今月の平均栄養量	
エネルギー kcal	421
たんぱく質 g	14.6

入園、進級して1ヶ月が経ち、だんだんと新しい環境にも慣れてきたのではないのでしょうか。日々の給食も友達や先生と仲良く食べている姿が見られ、うれしく思います。少し疲れがたまって体調を崩しやすい時期でもあるので、しっかり食べてしっかり寝て、元気に登園してくれることを願っています。

♡ 4月の誕生会メニュー ♡

- ◎ぎゅうにゅう
- ◎たけのこごはん
- ◎とりにくのさっぱり
- ◎リーフレタス
- ◎かぼちゃサラダ
- ◎もとおかのあまおういちご



🍓 博多あまおう 🍓

果肉が大きく形が整っている。赤くてつやが良い。甘みと酸味のバランスが良いという特徴をもつことから、「あかい、まるい、おおきい、うまい」の頭文字を取って『あまおう』と名付けられました。

幼稚園の誕生会はお楽しみメニューでお子様ランチ風に盛り合わせます。

4月は福岡産のたけのこで作ったたけのこごはん、幼稚園近くの元岡地区で育ったあまおういちごを味わいましたよ。

誕生会当日の朝、生産者の方が収穫したてのいちごを届けくださいました。新鮮そのもののいちごはとってもみずみずしく、子ども達はあまいいちごに大喜びでした。16日のいちご狩りも楽しみですね♪



今月は『元岡トマト』を生産者の方が持って来てくださいます。

元岡トマトはこの地区で昭和40年代から栽培されていて元岡を代表する野菜となっています。酸味と甘みのバランスが良く、ゼリー部分もしっかりしているため、コンビニエンスストアのサンドイッチや大手チェーン店のハンバーガーやピザなどにも使われているそうです。福岡市が誇る『元岡トマト』、知らず知らずのうちにたくさん口にしているかもしれませんね。

元岡の地で育ったトマトをみんなでおいしく、自然の恵みに感謝していただきたいと思います。

