

令和6年

5月 こんだてひょう

元岡幼稚園

日	曜日	昼食	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	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	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・マヨネーズ	玉葱・人参・きゅうり・パセリ
2	木	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	牛乳・鶏肉・しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖	玉葱・生姜・にんにく
7	火	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	牛乳・豚肉	精白米・植物油・砂糖・ごま ごま油	玉葱・人参・生姜
8	水	ぎゅうにゅう・ごはん みそつくね わかめのごまずあえ	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	玉葱・えのきたけ・人参 きゅうり・生姜・わかめ
9	木	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	牛乳・白身魚・ハム・チーズ	精白米・片栗粉・砂糖 マカロニ・揚げ油 マヨネーズ	生姜・コーン・きゅうり・人参 トマト
10	金	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	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 スパゲティ麺・揚げ油 フライドポテト・いちごジャム	パイン缶・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・トマトピューレ
13	月	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	牛乳・白身魚・うす揚げ かつおだし	精白米・ごま油・植物油 ごま・砂糖	青ねぎ・にんにく
14	火	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	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	人参・切干大根
15	水	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	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・マヨネーズ	玉葱・人参・きゅうり・パセリ
16	木	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	牛乳・鶏肉・しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖	玉葱・生姜・にんにく
17	金	ぎゅうにゅう みそラーメン だいずのサラダ	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	もやし・人参・青ねぎ・生姜 キャベツ・きゅうり
20	月	ぎゅうにゅう・ごはん かぼちゃグラタン じゃこまつな	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	人参・マッシュルーム缶 かぼちゃ・玉葱・パセリ 小松菜
21	火	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	牛乳・豚肉	精白米・植物油・砂糖・ごま ごま油	玉葱・人参・生姜 キャベツ・小松菜
22	水	ぎゅうにゅう・ごはん みそつくね わかめのごまずあえ	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	玉葱・えのきたけ・人参 きゅうり・生姜・わかめ
23	木	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	牛乳・白身魚・ハム・チーズ	精白米・片栗粉・砂糖 マカロニ・揚げ油 マヨネーズ	生姜・コーン・きゅうり・人参 トマト
24	金	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	牛乳・牛ひき肉・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	玉葱・人参・ピーマン・パセリ マッシュルーム缶・トマトピューレ キャベツ・りんご・きゅうり 干しぶどう
27	月	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	牛乳・白身魚・うす揚げ かつおだし	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
28	火	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	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	人参・切干大根 干しいたけ・小松菜

29	水	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	牛乳・鶏肉・ウインナー ハム	精白米・じゃがいも・植物油 はるさめ・マヨネーズ	玉葱・人参・きゅうり・パセリ
30	木	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	牛乳・鶏肉・しらす干し	精白米・ごま・ごま油 砂糖	玉葱・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり・人参
31	金	ぎゅうにゅう みそラーメン だいずのサラダ	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	もやし・人参・青ねぎ・生姜 キャベツ・きゅうり

※材料入荷の都合により、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	358
たんぱく質 g	15.2

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。

