



令和2年5月1日発行 エンジェル保育園、小規模保育事業 保育ルームルナⅢ、ルナⅣ

日	献立	おやつ(15時)	体をつくるものになる食材 (赤群)	エネルギーのもとになる食材 (黄群)	体の調子をととのえる食材 (緑群)
1日(金)	マーボー丼、春雨スープ、オレンジ	カステラ	豆腐、豚挽肉、赤みそ	米、油、砂糖、片栗粉、春雨、カステラ(卵入り)	玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが、チンゲン菜、オレンジ
2日(土)	五目ご飯、みそ汁、バナナ	フルーチェ	赤みそ、わかめ、油揚げ、牛乳、フルーチェ	米	人参、玉ねぎ、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、バナナ
7日(木)	ごはん、キャベツのスープ煮、海藻サラダ	柏餅	鶏肉、わかめ、あんこ	米、じゃが芋、油、砂糖、上新粉	キャベツ、玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン缶
8日(金)	ごはん、いそべ揚げ、ゆかりあえ、パイン缶	コーンフレーク	カラスカレイ、青のり、牛乳	米、小麦粉、油、コーンフレーク	キャベツ、人参、ほうれん草、パイン缶、ゆかり
9日(土)	長崎ちゃんぽん風うどん	バナナとビスコ	豚肉	干めん、油、ビスコ	玉ねぎ、人参、キャベツ、バナナ
11日(月)	ごはん、酢豚風ソテー、キャベツのあえもの	バームクーヘン	豚肉、しらす干し	米、油、砂糖、片栗粉、バームクーヘン(卵入り)	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ、キャベツ
12日(火)	ごはん、ツナの卵とし、ひじきとじゃが芋の炒め煮	おふラスク	ツナ缶、卵、油揚げ、ひじき	米、砂糖、じゃが芋、油、焼き麸、バター	人参、玉ねぎ、ほうれん草、グリーンピース
13日(水)	ごはん、鶏肉のしょうが炒め、南瓜煮付	フライドポテト	鶏肉	米、油、砂糖、フライドポテト	しょうが、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけ、南瓜
14日(木)	パン、コーンクリームシチュー、ソテー、りんご	筍ごはん	鶏肉、牛乳、ツナ缶	パン、じゃが芋、油、上新粉	人参、玉ねぎ、グリーンアスパラ、コーン缶、チンゲン菜、りんご、筍、ねぎ
15日(金)	マーボー丼、春雨スープ、オレンジ	きな粉蒸しパン	豆腐、豚挽肉、赤みそ、きな粉、牛乳	米、油、砂糖、片栗粉、春雨、ホットケーキミックス	玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが、チンゲン菜、オレンジ
16日(土)	きしめん、チーズ	ヨーグルト おせんべい	油揚げ、焼きかまぼこ、チーズ、ヨーグルト	干きしめん、おせんべい	人参、ほうれん草
18日(月)	ごはん、魚の香味炒め、ポテトサラダ	フルーツミックス	メカジキ	米、油、じゃが芋、マヨネーズ	ねぎ、しょうが、人参、きゅうり、みかん缶、黄桃缶、パイン缶
19日(火)	ごはん、中華風かき玉スープ、酢の物	焼うどん	豚肉、豆腐、卵、わかめ	米、片栗粉、ごま油、砂糖、蒸うどん	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ、きゅうり、みかん缶、ピーマン
20日(水)	ごはん、高野豆腐のうま煮、白みそ汁	人参ドーナッツ	高野豆腐、鶏肉、わかめ、白みそ、牛乳	米、じゃが芋、油、砂糖、焼き麸、ホットケーキミックス	人参、さやいんげん、玉ねぎ
21日(木)	パン、キャベツのスープ煮、海藻サラダ	そら豆 チーズ	鶏肉、わかめ、チーズ	パン、じゃが芋、油、砂糖、上新粉、あんこ	キャベツ、玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン缶、そら豆
22日(金)	ハヤシライス、マカロニサラダ、メロン	バナナケーキ	豚肉、牛乳	米、じゃが芋、油、上新粉、マカロニ、マヨネーズ、ホットケーキミックス	人参、玉ねぎ、グリーンピース、コーン缶、きゅうり、メロン、バナナ
23日(土)	長崎ちゃんぽん風うどん	五目ごはん	豚肉、牛乳、油揚げ	干めん、油	玉ねぎ、人参、キャベツ、ごぼう、しいたけ、こんにゃく
25日(月)	ごはん、酢豚風ソテー、キャベツのあえもの	五平餅	豚肉、しらす干し、赤みそ	米、油、砂糖、片栗粉、春雨、もち米、いりごま	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ、キャベツ
26日(火)	ごはん、ツナの卵とし、ひじきとじゃが芋の炒め煮	おふラスク	ツナ缶、卵、油揚げ、ひじき	米、砂糖、じゃが芋、油、焼き麸、バター	人参、玉ねぎ、ほうれん草、グリーンピース
27日(水)	ごはん、鶏肉のしょうが炒め、南瓜煮付	フライドポテト	鶏肉	米、油、砂糖、フライドポテト	しょうが、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけ、南瓜
28日(木)	パン、コーンクリームシチュー、ソテー、りんご	筍ごはん	鶏肉、牛乳、ツナ缶	パン、じゃが芋、油、上新粉	人参、玉ねぎ、グリーンアスパラ、コーン缶、チンゲン菜、りんご、筍
29日(金)	ごはん、いそべ揚げ、ゆかりあえ、パイン缶	コーンフレーク	カラスカレイ、青のり、牛乳	米、小麦粉、油、コーンフレーク	キャベツ、人参、ほうれん草、パイン缶、ゆかり
30日(土)	きしめん、チーズ	スナックパン チーズ	油揚げ、焼きかまぼこ、チーズ	干きしめん、スナックパン	人参、ほうれん草

★上記食材のほか、醤油等の調味料およびスープの素を使用しています。

★食材納品の関係により、急遽メニューの変更をする場合がありますが、ご了承下さい。

★おやつ時は、牛乳を提供しています。



5月 給食だより

エンジェル保育園 令和2年度 山田知佳 高橋愛乃 水谷潮美

新年度が始まって1ヶ月、寒暖の差も少しずつ和らぎ、木々の緑がひととき鮮やかになってきました。新生活に慣れると同時に疲れもやすいので、無理せずによく食べ、生活リズムを崩さずに過ごしていきたいですね。

・・ 給食・おやつで使用している食器 ・・

保育園では、下記の食器を使用しています。ご家庭で使用している食器と比べ、給食をどれくらい食べているかを4月の給食を一例にしましたので是非目安にしてみてください。

<乳児（2歳の場合）>



※乳児はプラスチックの食器を使用しています。

○給食メニューと量○

ごはん	110g
けんちん汁	180ml (汁：120ml)
南瓜煮付	45g

<幼児（4歳の場合）>



※幼児は陶器の食器を使用しています。

○給食メニューと量○

ごはん	130g
けんちん汁	280ml (汁：150ml)
南瓜煮付	60g

～4月の人気メニュー りんごゼリー～

(幼児3人分)

材料	使用量
ゼラチン	10g
100%りんごジュース	500ml
水	60ml
砂糖	6g

※



<作り方>

- ①りんごジュースを80℃以上に温める。
- ②①にゼラチンを入れて、泡立て器でよくかき混ぜる。
- ③タッパー等に入れてあら熱をとり、半日～1日冷蔵庫で冷やす。
- ④砂糖を温めた水で溶かして冷ましておく。
- ⑤③が冷えたら、上に※をかけて完成♪

☆子どもたちはぺろりと完食していました！

食べやすいように包丁でサイコロ状に切ってもいいですね。