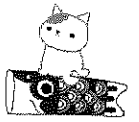


2024年5月ランチメニュー



今月の栄養量
 エネルギー：580kcal
 たんぱく質：21.9g
 脂質：16.2g
 食塩相当量：1.6g

旬の食材
 ・新じゃが
 ・新ごぼう
 ・玉葱（ピオラピッツ）



Let's! 和ごはん
 産村水産園
 豆類産物プロジェクト

～「和ごはん」を取り入れよう～
 からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

寝屋川なかよし保育園

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
今が旬! 京都府京丹後市の『たんと500はち』から オーガニックの...が届きます! 5月のごはんが登場するよ!		体育遊びありません		☆憲法記念日☆	☆みどりの日☆
		白身魚の煮付け 胡瓜と春雨の和え物 けんちん汁	肉野菜炒め さつまいものレモン煮 ほうれん草と玉葱の味噌汁		
		クラッカーサンド 牛乳	ポップコーン 牛乳		
6	7	8	9	10	11
☆こどもの日 振替休日☆		体育遊び	避難訓練	♪組クラス懇談会	
	カレーライス ひじきサラダ みかん缶 麩のラスクとチーズ お茶	すき焼き風煮 ブロッコリーの磯和え わかめと玉葱のすまし汁 かぼちゃ蒸しパン 牛乳	鶏肉のトマト煮 グリーンサラダ ほうれん草とえのきのスープ レモントースト 牛乳	麦ごはん カラフトししゃもの唐揚げ 青菜のお浸し うす揚げと大根の味噌汁 おにぎりとレバーの甘辛煮 牛乳	焼きめし 貝だくさん味噌汁 ぼたぼた焼き 牛乳
13	14	15	16	17	18
		体育遊び	地域5歳児交流	♪わ組クラス懇談会	
		ツナピラフ	☆世界の料理☆	☆食育：新じゃがが芋☆	
鶏肉のごま照り焼き ひじきと大豆煮 大根とほうれん草の味噌汁 コーンフレーク 牛乳	八宝菜(ホタテ入り) 切干大根の中華和え もずくスープ プリンとばかうけ 牛乳	鶏肉の唐揚げ・たこウィンナー ポテトサラダ 青菜としめじのスープ フルーツサンド 牛乳	ジャージャー麺 大学かぼちゃ えのきと小松菜のスープ 鶏ごぼうおにぎりと食べる煮干し 牛乳	豚肉の味噌炒め 新じゃがの煮物 豆腐とわかめのすまし汁 パインヨーグルトとウエハース 牛乳	かやくうどん 竹輪のマヨ醤油炒め ハッピーターンとミニフィッシュ 牛乳
20	21	22	23	24	25
		体育遊び	そよ風訪問(5歳児)	キッドピクス	
		☆食体験：玉葱の皮むき☆	♪た組クラス懇談会	♪ひ組クラス懇談会	
麦ごはん さばの塩焼き 高野豆腐煮 ほうれん草と人参の味噌汁 きな粉マカロニ 牛乳	つくし組クラス懇談会 豚肉のカレーチャンプル 切干大根サラダ 玉子スープ フルーツポンチ 牛乳	アマランサスご飯 ふわふわがんものあんかけ 海藻サラダ 白菜と玉葱の味噌汁 ジャムサンド 牛乳	肉じゃが もやしのおかか和え そうめんの味噌汁 豆腐ドーナツ 牛乳	♪い組クラス懇談会 白身魚の香味焼き 花野菜サラダ しめじと小松菜の味噌汁 ココアケーキ 牛乳	肉炒め丼 貝だくさん味噌汁 牛乳ケーキ 牛乳
27	28	29	30	31	
		体育遊び	ごみゼロ(530)の日!	キッドピクス	
			ごみゼロ(530)の日!	♪い組クラス懇談会	
鶏むね肉のパン粉焼き スパゲティサラダ キャベツと玉葱と麦のスープ 豆乳きな粉餅 牛乳	柳川風煮 白菜のゆかり和え うす揚げともやしの味噌汁 しょうゆだれの五平もち 牛乳	白身魚のクリームコーン焼き ブロッコリーサラダ 小松菜とえのきのスープ 玉葱ちぢみ 牛乳	豆腐の肉味噌かけ 人参しりしり 麩とほうれん草のすまし汁 皮つきフライドポテト 牛乳	鶏肉と新ごぼうの煮物 小松菜の納豆和え わかめとしめじの味噌汁 セサミクッキー 牛乳	ごみゼロ(530)の日 5月30日は ごみゼロの日です。 食べ残しを 減らして 環境問題について 考えてみましょう!