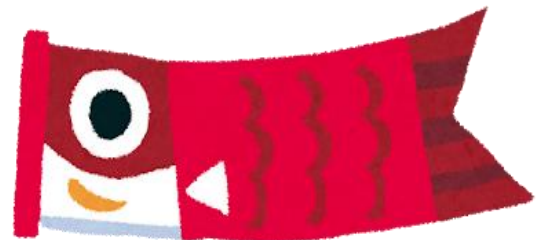


5がつのこんだてひょう



2025年度 伊波野保育園

| 月                                       |                  | 火                                                |                 | 水                                             |           | 木                                                                                             |        | 金                                                                                                                                           |             | 土      |                  |
|-----------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------|------------------|
|                                         |                  |                                                  |                 |                                               |           | 1                                                                                             | 果物     | 2                                                                                                                                           | きな粉マカロニ     | 3      | <div>憲法記念日</div> |
|                                         |                  |                                                  |                 |                                               |           | ごはん<br>サバの香味焼き<br>レタスの梅肉和え<br>しじみ汁                                                            |        | ドライカレー<br>黒豆の煮物<br>りっちゃんの元気サラダ<br>果物                                                                                                        |             |        |                  |
|                                         |                  |                                                  |                 |                                               |           | もちもちドーナツ                                                                                      |        | こいのぼりいももち                                                                                                                                   |             |        |                  |
| 5                                       | <div>子どもの日</div> | 6                                                | <div>振替休日</div> | 7                                             | アスパラスティック | 8                                                                                             | 果物     | 9                                                                                                                                           | 大豆の甘煮       | 10     | パン耳ラスク           |
|                                         |                  | ごはん<br>魚のごまみそ焼き<br>春の五目煮<br>なめこ汁<br>果物<br>わらび餅   |                 | ごはん<br>ポークビーンズ<br>青菜の白和え<br>わかめスープ<br>いちご蒸しパン |           | <div>空弁当の日</div> <div>わかめごはん<br/>鶏のみそ焼き<br/>アスパラのツナ和え<br/>さつまいもの甘煮・果物</div> <div>サンドイッチ</div> |        |                                                                                                                                             |             |        |                  |
| 12                                      | 青のりポテト           | 13                                               | 果物              | 14                                            | パン耳トースト   | 15                                                                                            | 果物・いりこ | 16                                                                                                                                          | 野菜スティック     | 17     | ヨーグルト            |
| ごはん<br>魚の利休焼き<br>春雨サラダ<br>さやえんどうのみそ汁    |                  | ごはん<br>ささみ竜田のみそだれ<br>ねばねば和え<br>玉ねぎのみそ汁           |                 | 中華丼<br>即席漬け<br>かぼちゃのいとこ煮<br>果物                |           | ごはん<br>豚のさっぱり焼き<br>キャベツのあっさり和え<br>えのきのみそ汁                                                     |        | 豆ごはん<br>あじのレモン甘酢<br>三色お浸し<br>中華スープ<br>果物                                                                                                    |             |        |                  |
| おからマドレーヌ                                |                  | ふき入り中華風おにぎり                                      |                 | フルーツゼリー                                       |           | ラスク・スナッペンどう                                                                                   |        | かぼちゃスコーン                                                                                                                                    |             | 果物     |                  |
| 19                                      | 果物・いりこ           | 20                                               | 焼きかぼちゃ          | 21                                            | シュガーパン    | 22                                                                                            | 果物     | 23                                                                                                                                          | 黒豆の煮物       | 24     | 果物               |
| ごはん<br>牛肉と新玉の炒め煮<br>レタスののり和え<br>わかめのみそ汁 |                  | ごはん<br>鮭のコーン焼き<br>アスパラ和風ごまサラダ<br>チンゲン菜のスープ<br>果物 |                 | 生姜昆布ごはん<br>豆腐ハンバーグ<br>青菜のナムル<br>若竹汁           |           | ごはん<br>魚のカレー竜田<br>納豆スパゲティーサラダ<br>切干大根のみそ汁                                                     |        | <div>以上児バス遠足の日<br/>(うさぎ・きりん・くま組は<br/>手作り弁当をお願いします)</div> <div>ひよこ・あひる・こあひる<br/>りす・こりす組<br/>…給食があります<br/>ごはん・みそ汁・果物<br/>塩だれチキン・ひじきの炒り煮</div> |             |        |                  |
| 以上児：かしわもち<br>未満児：きな粉だんご                 |                  | オレンジトースト                                         |                 | さつまいもの甘がらめ                                    |           | おかかおにぎり                                                                                       |        | 野菜マフィン                                                                                                                                      |             | 蒸しパン   |                  |
| 26                                      | 米粉のパンケーキ         | 27                                               | 果物・いりこ          | 28                                            | 大豆きな粉     | 29                                                                                            | 果物     | 30                                                                                                                                          | さつまいものオレンジ煮 | 31     | 果物               |
| ごはん<br>魚のしそ焼き<br>五目おから<br>コンソメスープ<br>果物 |                  | ゆかりごはん<br>冷しゃぶドレッシング<br>じゃがいものたらこ和え<br>しめじのみそ汁   |                 | ミートスパゲティー<br>鶏の中華焼き<br>コーンサラダ<br>果物           |           | ごはん<br>サバのみそ煮<br>切干大根の中華和え<br>絹ごし豆腐のすまし汁                                                      |        | ごはん<br>豚のバーベキューソース焼き<br>きゅうりとトマトの甘酢<br>もずくスープ                                                                                               |             |        |                  |
| ツナおにぎり                                  |                  | ホットサンド                                           |                 | 豆乳ヨーグルト                                       |           | にんじんホットケーキ                                                                                    |        | バナナカップケーキ                                                                                                                                   |             | シュガーパン |                  |

いってきまーす!

朝ごはんを食べよう!

朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!

～お知らせ・お願い～

☺ 9日(金)は空弁当の日です。  
くま・きりん・うさぎ組さんは  
お弁当箱の準備をお願いします。

☺ 行事や食材によって献立を変更する場合があります。よろしくお願いします。