

5月 食育だより

令和5年5月1日発行 豊川こども園給食

新年度がスタートして1カ月。まだまだ新しい生活には慣れていない様子もありますが、5月はGWやこどもの日などの行事もあります！今月はこどもの日の行事食として、「こいのぼりオムレツ」とおやつに「かしわもち蒸しパン」を予定しているの、子どもたちも楽しみにしていて欲しいです♡

4月の子どもたちに人気なメニューレシピ

★さかなのピカタ (4人)

- ・赤魚 4切
- ・卵 2個
- ・粉チーズ 20g
- ・小麦粉 40g
- ・塩胡椒 適量
- ・油 適量
- ・ケチャップ 適量



<作り方>

- ①魚の両面に塩胡椒をふる。
- ②溶き卵と粉チーズを混ぜておく。
- ③熱したフライパンに油をひく。
- ④①の魚に小麦粉をまぶし、②にくぐらせて焼く。
- ⑤火が通ったら盛りつけ、お好みでケチャップをつけたら完成！

こども園では、赤魚の他に鶏ささみや豚肉のピカタなどもあります。ご家庭でも色んなピカタを作ってみてはいかがでしょうか？



給食の展示が
新しくなりました！
是非ご覧ください。



花まつり



花まつりの日は、お花をモチーフにした給食に、「チューリップ」の歌を流して楽しみました！



5月のこんだて

月	火	水	木	金	土
① えのきとキャベツのチキンスープ 竹輪の磯辺揚げ 枝豆 ヨーグルトホットケーキ	② こいのぼりオムレツ コールスローサラダ ミニトマト・棒チーズ 柏餅蒸しパン	③ 憲法記念日 	④ みどりの日 	⑤ こどもの日 	⑥ ミートスパゲティ 果物 お菓子
⑧ シーフードカレー 福神漬け じゃこサラダ ポップコーン	⑨ 麻婆豆腐 卵焼き 果物 ひじきチーズお焼き	⑩ 鰯のミンチボール もやしサラダ レタス プチケーキ・ミニゼリー	⑪ お弁当の日 	⑫ 魚のコーンマヨ焼き 切干大根の炒め煮 ミニトマト チキンライスボール	⑬ 五色麺 棒チーズ 職員会議
⑮ かきたま汁 レバーのケチャップがらめ スナッペンどう もちもちチーズパン	⑯ 焼肉 野菜炒め 果物 マドレーヌ	⑰ 魚の野菜ジュース煮 パプリカの中華和え サニーレタス パン	⑱ 鶏肉のから揚げ キャベツのゆかり和え トマト たこ焼きパン	⑲ 魚のホイル焼き 連根サラダ スナッペンどう オレンジトースト	⑳ あんかけちゃんぼん ミニゼリー お菓子
㉒ ☆鶏肉の香草パン粉焼き マカロニソテー 果物 みたらし団子	㉓ 牛肉と厚揚げのうま煮 煮豆 スナッペンどう ピザトースト	㉔ 魚のごま照り焼き 五色和え ミニトマト プリン・お菓子	㉕ 肉じゃが ソーセージソテー 果物 フライドポテト	㉖ 魚の竜田揚げ ひじきの炒め煮 サニーレタス マカロニ黄粉	㉗ 肉うどん 棒チーズ お菓子
㉘ 具だくさん味噌汁 レバーのにんにく醤油 果物 カルシウムかりんとう	㉙ 炒り鳥 揚げシュウマイ 枝豆 焼きそば	㉚ 魚のピザ焼き わかめの酢の物 レタス パン	<p>HAPPY MOTHER'S DAY!</p> <p>—5月のおいしいたべもの— きぬさや・新じゃが・ぜんまい・レタス・ライチ さくらんぼ・びわ・鯛・かつお・サザエ など</p>		

※行事等により、献立を多少変更することがあります。☆は新メニューです。