

令和 2 年5 月 献立表 (後期・完了期)

二川保育園

日 曜	献立名			赤 色	黄 色	緑 色
	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	力や体温となる食品	体の調子を整える食品
18 月	おせんべい 麦茶	春キャベツうどん 照り焼きチキン もやしのおかか和え	♪じゃこトースト 麦茶 バナナ	しらす 鶏肉 かつおぶし	うどん 食パン	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 胡瓜 バナナ
19 火	バナナ 麦茶	ごはん 鮭の南蛮風 マカロニサラダ 青菜のスープ	♪ほうとうきな粉 麦茶 キウイフルーツ	鮭 鶏卵	ごはん マカロニ ほうとう	バナナ 玉ねぎ 人参 水菜 小松菜 しめじ ほうれん草 キウイフルーツ
20 水	ヨーグルト 麦茶	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーの和え物 わかめのみそ汁	♪キャベツ焼き 麦茶 バナナ	豚肉 豆腐 わかめ	ごはん ごま	玉ねぎ 人参 ねぎ ブロッコリー もやし しめじ キャベツ バナナ
7 ・ 21 木	バナナ 麦茶	ごはん カレイの煮つけ やさいのそぼろ和え 春野菜のすまし汁	♪いちごゼリー 麦茶 ビスケット	カレイ 鶏肉	ごはん	バナナ もやし 胡瓜 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 いちご
8 金	おせんべい 麦茶	ごはん 肉じゃが ひじきと枝豆のサラダ バナナ	♪スティックトースト 麦茶 オレンジ	豚肉 のり チーズ	ごはん じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ 胡瓜 枝豆 バナナ オレンジ
16 ・ 23 土	おせんべい 麦茶	ごはん 煮物 スープ バナナ	おかし 麦茶	鶏肉	ごはん ほうとう	玉ねぎ 人参 バナナ
11 ・ 25 月	ヨーグルト 麦茶	ソース焼きそば わかめの酢の物 麩と大根のみそ汁	♪鮭おにぎり 麦茶 オレンジ	豚肉 わかめ しらす チーズ 鮭	中華麺 麩 ごはん	もやし 人参 玉ねぎ キャベツ 胡瓜 コーン 大根 椎茸 ねぎ オレンジ
12 ・ 26 火	バナナ 麦茶	白身魚のオーロラソース レタスのサラダ コンソメスープ	♪バナナロール 麦茶 キウイフルーツ	たら	ごはん じゃがいも 食パン	レタス 胡瓜 人参 コーン 玉ねぎ しめじ バナナ ブロッコリー キウイフルーツ
13 ・ 27 水	ヨーグルト 麦茶	ポークビーンズ ごぼうサラダ 水菜のスープ	♪ほうれん草ケーキ 麦茶 オレンジ	豚肉 大豆	ごはん じゃがいも	玉ねぎ ごぼう 人参 胡瓜 もやし キャベツ 水菜 コーン ほうれん草 オレンジ
14 ・ 28 木	チーズ 麦茶	鮭のねぎみそ焼き ツナの和え物 もやしのすまし汁	♪バナナヨーグルト 麦茶 おせんべい	鮭 わかめ ツナ	ごはん	ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 人参 もやし しめじ バナナ みかん缶 パイナップル缶
15 ・ 29 金	おせんべい 麦茶	春野菜のシチュー かぶのゆかり和え もやしのすまし汁	♪麩のラスク 麦茶 ミニゼリー	鶏肉 チーズ	ごはん じゃがいも 麩	玉ねぎ 人参 キャベツ アスパラ かぶ かぶの葉 もやし キウイフルーツ
2 9 30 土	おせんべい 麦茶	ごはん 煮物 スープ バナナ	おかし 麦茶	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ
22 金	★誕生会 お楽しみ給食★					
1 月	おせんべい 麦茶	☆子どもの日給食☆ キャロットライス こいのぼりバーグ キャベツのチーズサラダ 新じゃがポトフ	♪こいのぼりゼリー 麦茶 バナナ	豚ひき 鶏卵 チーズ	ごはん じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ アスパラ もやし ブロッコリー しめじ バナナ

※献立内の青色は「世界の料理」の日です。今月はフランスの「ペンネポロネーゼ」と「コンソメスープ」です。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

♪『フランス 白身魚のオーロラソース・コンソメスープ』

今月の世界の料理はフランスです。ファッションや美術館、エッフェル塔などのモニュメントがある国です。

フランスの食文化はユネスコ無形文化遺産に登録されています。食事の中心は、肉や魚に豆類やじゃがいもや人参などの根菜類を添えたものにパンが必ずついてきます。日本でなじみのフランスパン(バケット)フィセル…。特にフランスパンは国内で購入する全体の80%を占めるほどよく食べられているそうです。

ソースはフランス料理の基本、シンプルに焼いた魚にさまざまなソースをかけて食べる料理があります。

今回はグラタンやクリームコロッケに使う、バターで炒めた小麦粉と牛乳で作る「ソース・ベシャメル(ホワイトソース)ソース」を作り、ケチャップを加えオーロラソースに仕上げ、魚にかけて提供します。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。