こんだて

令和7年度 5月　　めだか組（後期）

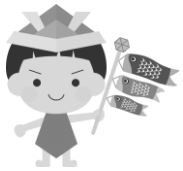
曜	日	おやつ	献立名	おやつ	
月	12／26	せんべい	あじのチーズフライ 土佐和え みそ汁	ビスケット	米　せんべい　あじ　塩　小麦粉　卵　粉チーズ　パン粉　油　きゃべつ　小松菜　人参　花かつお　しょうゆ　昆布だし　麩　えのき　わかめ　鰹だし　小麦粉　Bプ　さとう　油　卵
火	13／27	バナナ	鶏肉の照り焼き ブロッコリーサラダ すまし汁	ウエハース	バナナ　米　鶏肉　しょうゆ　さとう　片栗粉　ブロッコリー　りんご　チーズ　ヨーグルト　マヨネーズ　麩　人参　ねぎ　しょうゆ　塩　昆布・だし　鰹だし　ウエハース
水	14／28	ハイハイン	パン クリームシチュー きゃべつのサラダ	クレープ	ハイハイン　強力粉　マーガリン　さとう　スキムミルク　牛乳・塩　鶏肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　グリーンピース　コーンスキムミルク　牛乳　小麦粉　塩　バター　きゃべつ　きゅうり　人参　しょうゆ　小麦粉　卵　牛乳　さとう　バター　塩　卵　小麦粉　牛乳　バナナ
木	1／15／29	りんご	魚のポテト焼き もやしの和え物 みそ汁	コーントースト	りんご　米　ほき　じゃが芋　牛乳　マーガリン　青のり　もやし　きゅうり　人参　さとう　しょうゆ　豆腐　わかめ　ねぎ　みそ　鰹だし　食パン　クリーム　コーン　マヨネーズ
金	2／16／30	ハイハイン	豚のマヨ炒め かぼちゃ煮 みそ汁	ホットケーキ	ハイハイン　米　豚肉　玉ねぎ　しょうゆ　マヨネーズ　かぼちゃ　しょうゆ　ざらめ　かぶ　麩　ねぎ　わかめ　みそ　鰹だし　小麦粉　Bプ　卵　さとう　牛乳　バター
土	16／30	せんべい	ミートグラタン みそ汁	ボーロ	せんべい　米　鶏ひき肉　マカロニ　じゃがいも　ブロッコリー　パン粉　チーズ　玉ねぎ　トマト　ピューレ　ケチャップ　油　きゃべつ　わかめ　ねぎ　みそ　鰹だし　ボーロ
月	19	バナナ	鶏肉の照り焼き いんげんの和え物 みそ汁	人参蒸しパン	バナナ　米　鶏肉　しょうゆ　さとう　片栗粉　いんげん　人参　さとう　しょうゆ　きゃべつ　しめじ　わかめ　ねぎ　みそ　鰹だし　小麦粉　Bプ　卵　さとう　油　牛乳　人参
火	20	ハイハイン	スパニッシュオムレツ 粉ふき芋 みそ汁	牛乳寒天	ハイハイン　米　鶏ひき肉　玉ねぎ　人参　スパゲティ　卵　とうと　トマトピューレ　ケチャップ　油　じゃがいも　さとう　塩　鰹だし　もやし　人参　しめじ　わかめ　みそ　鰹だし　みかん缶　さとう　寒天　牛乳
水	7／21	りんご	魚の幽庵焼き 千切り煮 すまし汁	ビスケットサンド	りんご　米　さば　しょうゆ　さとう　レモン　鰹だし　切干大根　人参　ざらめ　昆布・だし　鰹だし　麩　人参　ねぎ　しょうゆ　塩　昆布・だし　鰹だし　ビスケット　いちご　ジャム
木	8／22	バナナ	利休焼 きゃべつのツナ和え みそ汁	チーズパン	バナナ　米　豚肉　さとう　しょうゆ　きゃべつ　ツナ　コーン　しょうゆ　さとう　じゃがいも　玉ねぎ　わかめ　みそ　鰹だし　強力粉　小麦粉　さとう　塩　卵　マーガリン　スキムミルク　チーズ
金	9／23	せんべい	ハヤシライス コーンサラダ オレンジゼリー	ボーロ	せんべい　米　鶏ひき肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　グリーンピース　ざらめ　トマト　ピューレ　ケチャップ　小麦粉　油　コーン　きゃべつ　きゅうり　人参　しょうゆ　オレンジ　ジュース　アガー　さとう　ボーロ
土	10／24	ハイハイン	かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	ウエハース	ハイハイン　米　鶏ひき肉　かぼちゃ　ざらめ　しょうゆ　片栗粉　鰹だし　きゃべつ　玉ねぎ　わかめ　みそ　鰹だし　ウエハース

5月5日は『こどもの日』

『こどもの日』はもともと『端午の節句』の日で、1948年に「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日」として『こどもの日』が制定されました。一般的な祝い方は、五月人形を飾る・こいのぼりを飾る・菖蒲湯に入るが挙げられます。また、食べ物にはちまき・かしわもちが食べられ、それぞれ意味があります。

ちまき・・・ちまきに用いられる笹の葉は、清浄な心を象徴し、邪気を払う効果があるとも言われ、子供たちの健やかな成長や家族の幸福を願う気持ちが込められている。

かしわもち・・・柏の葉は、秋に枯れた葉が春の新芽が育つまで落ちることがないという特性があり、子供たちの健康と将来の繁栄を願う意味が込められている。



きゃべつのツナ和え（4人分）

材料：きゃべつ―120g　ツナ―40g　コーン―40g
酢―小さじ1　しょうゆ―大さじ1/2
さとう―小さじ1

作り方：①きゃべつはひと口大に切り、耐熱容器に入れ、ラップをかけてレンジで食べやすい柔らかさになるまで加熱する。
②ボールに酢・さとう・しょうゆを入れ、よく混ぜる。
③②に冷めた①とコーン・ツナを加えて和えたら完成。