



5月 給食予定献立表 中期7~8ヶ月頃

2021年 認定こども園

関西女子短期大学附属幼稚園 乳児園舎

都合により献立を変更する事があります。

| 日 | 曜日 | 朝のおやつ | 昼食 | 3時のおやつ | 材 料 名 | | |
|----|----|----------|----------------------------|----------------------|----------|----------------------------------|--------------------------|
| | | | | | 赤:血や肉を作る | 緑:体の調子を整える | 黄:熱や力の元になる |
| 3 | 月 | | 憲法記念日 | | | | |
| 4 | 火 | | みどりの日 | | | | |
| 5 | 水 | | こどもの日 | | | | |
| 6 | 木 | おやさいせんべい | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ | じゃが芋マッシュ | 鶏ミンチ | 小松菜 人参 玉ねぎ ブロッコリー | 米 上白糖 じゃが芋 |
| 7 | 金 | マンナビスケット | 7倍粥 白身魚の煮物 スープ | 野菜粥 | カレー | 大根 人参 小松菜 玉ねぎ | 米 上白糖 |
| 10 | 月 | ベビーせんべい | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ | さつま芋マッシュ | 鶏ミンチ | 玉ねぎ 人参 小松菜 | 米 上白糖 さつま芋 |
| 11 | 火 | 動物ビスケット | お弁当の日 | マンナビスケット おやさいせんべい | | | |
| 12 | 水 | ハイハイ | 7倍粥 ささみと野菜の煮物 りんごの甘煮 | かぼちゃマッシュ | ささみ | 玉ねぎ 人参 りんご かぼちゃ | 米 じゃが芋 上白糖 |
| 13 | 木 | おやさいせんべい | 7倍粥 白身魚の煮物 スープ | すりおろしりんご | カレー | 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 りんご | 米 上白糖 |
| 14 | 金 | | 創立記念日 | | | | |
| 17 | 月 | ベビーせんべい | 7倍粥 高野豆腐の煮物 オレンジ | さつま芋マッシュ | 高野豆腐 | 玉ねぎ ブロッコリー 小松菜・人参 オレンジ | 米 じゃが芋 上白糖 さつま芋 |
| 18 | 火 | 動物ビスケット | 7倍粥 白身魚の煮物 スープ | じゃが芋マッシュ | カレー | ほうれん草 人参 玉ねぎ 大根 | 米 上白糖 じゃが芋 |
| 19 | 水 | ハイハイ | 7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ | オレンジ | ささみ | キャベツ 人参 玉ねぎ ブロッコリー・オレンジ | 米 じゃが芋 上白糖 |

| 日 | 曜日 | 朝のおやつ | 昼食 | 3時のおやつ | 材 料 名 | | |
|----|----|----------|----------------------------|-----------------|----------|-------------------------------------|----------------------|
| | | | | | 赤:血や肉を作る | 緑:体の調子を整える | 黄:熱や力の元になる |
| 20 | 木 | おやさいせんべい | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ | かぼちゃマッシュ | 鶏ミンチ | 玉ねぎ チンゲン菜 人参 かぼちゃ | 米 上白糖 |
| 21 | 金 | マンナビスケット | お弁当の日 | ハイハイ 動物ビスケット | | | |
| 24 | 月 | ベビーせんべい | 7倍粥 白身魚の煮物 すまし汁 | おやさいせんべい | カレー | 人参 玉ねぎ ブロッコリー | 米 上白糖 おやさいせんべい |
| 25 | 火 | 動物ビスケット | 7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ | さつま芋マッシュ | ささみ | 玉ねぎ キャベツ 人参 チンゲン菜 | 米 上白糖 さつま芋 |
| 26 | 水 | ハイハイ | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 スープ | 野菜粥 | 鶏ミンチ | 玉ねぎ 人参 ブロッコリー | 米 上白糖 |
| 27 | 木 | おやさいせんべい | 7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 スープ | オレンジ | 高野豆腐 | ほうれん草 人参 玉ねぎ オレンジ | 米 上白糖 |
| 28 | 金 | マンナビスケット | 7倍粥 ささみと野菜の煮物 スープ | りんごの甘煮 | ささみ | ほうれん草 人参 玉ねぎ りんご | 米 上白糖 |
| 31 | 月 | ベビーせんべい | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 すりおろしりんご | かぼちゃマッシュ | 鶏ミンチ | 玉ねぎ・人参 ほうれん草 キャベツ りんご・かぼちゃ | 米 じゃが芋 上白糖 |



旬の食べ物

旬とは、自然の中で育てた野菜や果物・魚がとれ、栄養満点でおいしく食べられる時季のことです。食べ物によって旬は違います。1年中見られる食べ物は、ビニールハウスで栽培された物や海外から輸入された物です。「今の旬は何かかな?」と、お店で探したり家族で会話をしたりしても楽しいですね。



手洗い

手洗いは、ウイルスや細菌を取り除き、病気を予防するためにも大切です。遊んだ後、動物を触った後、トイレの後や食事前などには必ず手を洗う習慣をつけましょう。

【手の洗い方】

- 1 せっけんを泡立てる
- 2 手のひら→手の甲→指の間
→指先→手首の順に洗う
- 3 水で洗い流し、きれいなタオルでふく

