

平成30年 5月 離乳初期給食だより

認定こども園 若草幼稚園

2018年5月1日～2018年5月31日

日付	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	エネルギー たんぱく質 脂肪
1(火)	五倍粥,煮野菜(きゅうり),煮野菜(さつまい)	バナナ		全がゆ,さつまいも	きゅうり,バナナ		52kcal 0.7g 0.1g
2(水)	五倍粥,煮野菜(ほうれん草),煮野菜(人参)	じゃが芋のマッシュ		全がゆ,じゃがいも	ほうれんそう,にんじん		43kcal 0.8g 0.1g
7(月)	五倍粥,煮野菜(ブロッコリー),豆腐と玉ねぎのくたくた煮	バナナ	豆腐	全がゆ	ブロッコリー,バナナ	たまねぎ	45kcal 1.0g 0.3g
8(火)	五倍粥,煮野菜(キャベツ),煮野菜(人参)	じゃが芋のマッシュ		全がゆ,じゃがいも	キャベツ,にんじん		45kcal 0.9g 0.1g
9(水)	五倍粥,豆腐と玉ねぎのくたくた煮,煮野菜(かぼちゃ)	煮リンゴ	豆腐	全がゆ	かぼちゃ,りんご	たまねぎ,だし	42kcal 0.9g 0.2g
10(木)	五倍粥,豆腐のあんかけ,煮野菜(きゅうり)	パン粥	豆腐,粉ミルク	全がゆ,かたくり粉	きゅうり	たまねぎ,だし,食パン	148kcal 4.9g 2.3g
11(金)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(ほうれん草)	さつまいも	粉ミルク	全がゆ,さつまいも	にんじん,ほうれんそう		58kcal 0.8g 0.1g
14(月)	五倍粥,煮野菜(白菜),豆腐と玉ねぎのくたくた煮	バナナ	豆腐	かゆ・精白米全がゆ	ほうれんそう,にんじん,バナナ	たまねぎ	51kcal 1.0g 0.3g
15(火)	五倍粥,煮野菜(人参),豆腐と玉ねぎのくたくた煮	煮野菜	豆腐	全がゆ,じゃがいも	にんじん	たまねぎ	43kcal 0.9g 0.2g
16(水)	五倍粥,煮野菜(トマト),煮野菜(白菜)	すりりんご		全がゆ	トマト,ほうれんそう,にんじん,りんご		44kcal 0.6g 0.1g
17(木)	五倍粥,煮野菜(ほうれん草),煮野菜(人参)	さつまいも	粉ミルク	全がゆ,さつまいも	ほうれんそう,にんじん		58kcal 0.8g 0.1g
18(金)	五倍粥,煮野菜(ブロッコリー),煮野菜(キャベツ)	バナナ		全がゆ	ブロッコリー,キャベツ,バナナ	たまねぎ	74kcal 1.4g 0.2g
19(土)	五倍粥,煮野菜(ほうれん草),煮野菜(人参)	さつまいも	粉ミルク	全がゆ,さつまいも	ほうれんそう,にんじん		80kcal 1.2g 0.1g
21(月)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(キャベツ)	さつまいも	粉ミルク	全がゆ,さつまいも	にんじん,キャベツ	だし	63kcal 0.9g 0.1g
22(火)	五倍粥,煮野菜(キャベツ),豆腐のあんかけ	パン粥	豆腐,粉ミルク	全がゆ,かたくり粉,さつまいも	キャベツ,にんじん	だし,食パン	77kcal 2.2g 0.8g

23(水)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(白菜)	じゃが芋のマッシュ		全がゆ,じゃがいも	にんじん,ほうれんそう	たまねぎ	44kcal 0.8g 0.1g
24(木)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(かぼちゃ)	すりりんご		全がゆ	にんじん,かぼちゃ,りんご		51kcal 0.7g 0.1g
25(金)	五倍粥,煮野菜(きゅうり),煮野菜(ほうれん草)	豆腐バナナ	豆腐	全がゆ	きゅうり,ほうれんそう,バナナ		43kcal 1.4g 0.6g
26(土)	五倍粥,煮野菜(きゅうり),豆腐と玉ねぎのくたくた煮	オレンジ	豆腐	全がゆ	きゅうり,オレンジ	たまねぎ	35kcal 0.8g 0.2g
28(月)	五倍粥,煮野菜(じゃが芋),煮野菜(トマト)	みかん缶		全がゆ,じゃがいも	トマト,みかん缶	だし	48kcal 0.8g 0.1g
29(火)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(大根)	バナナ		全がゆ	にんじん,バナナ	大根,だし	42kcal 0.7g 0.1g
30(水)	五倍粥,煮野菜(キャベツ),煮野菜(じゃが芋)	すりりんご		全がゆ,じゃがいも	キャベツ,にんじん,りんご	たまねぎ,だし	55kcal 0.9g 0.1g
31(木)	五倍粥,煮野菜(人参),煮野菜(キャベツ)	バナナ		全がゆ	にんじん,キャベツ,バナナ		44kcal 0.8g 0.1g

月平均栄養価 エネルギー 56kcal たんぱく質 1.1g 脂質 0.3g

5月5日は“端午の節句”

5月5日は『こどもの日』です。国民の祝日であるこの日は、本来「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」のが趣旨とされています。

【こいのぼり】 鯉は清流に限らず環境がよいとは言えない池や沼でも生きていける生命力の強い魚で、このようなことから、『どのような劣悪な環境においても生き抜くことができるたくましさを備え、立派に成長してほしい』という意味があります。

【柏餅】 柏餅に使われる柏は、古くから神が宿る木とされています。また、柏の木は新芽が出ないと古い葉が落ちないため、子孫繁栄を象徴するものとして縁起がよいとされています。

端午の節句では...

- ブリ： 「出世魚」と呼ばれるため
- 鯉： 「勝男」とかけて
- たけのこ： 「まっすぐに伸びる」という象徴から

記載しているカロリー表示は、(2号)給食十屋おやつでの栄養価です。朝おやつは含まれません。献立はの仕入れにより変更する場合があります。(株)福岡県南部給食センター

