



令和2年4月24日発行

幼保連携型 市場こども園 62-2044

家庭での食事は決まった時間に食べていますか？ 食事の時間を決めて、おなかのすく生活リズムを身につけるようにしましょう。  
みんなでおいしくたべることができる給食の時間が早くくるとうれしいです。



ウイルスは目に見えませんが、手などの皮膚のほか呼吸をすることで鼻やのどにも付着します。家に帰った時、ごはんを食べる前には石鹸で手を洗い水でうがいをしましょう。そして、子どもにも大人にもいえることですが睡眠不足や疲労、ストレスがたまると人間の体はウイルスに対する抵抗力が弱くなるので規則正しい生活をしましょう。

ただ であら **正しい手洗いやってみよう!**



【いちごスコーン】

《材料》  
ホットケーキミックス ……150g  
牛乳 ……80cc  
砂糖 ……50g  
いちご ……50g

《作り方》  
① ボールにホットケーキミックス、砂糖、牛乳を入れ混ぜる  
② いちごを加え、ひとつにまとめる  
③ 天板にスプーンで落として180℃ 25分焼く

畑にいちごの実が付き始めました!



5月 給食献立予定表

日	曜日	行事	献立名	手作りおやつ	材料 (調味料・だし等を除く)	備考
1	金		チンジャオロース・くだものちゅうかサラダ		牛肉・人参・ピーマン・もやし・筍・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ハム・コーン・わかめ・ごま	
2	土		ハヤシライス・くだものサラダ・チーズ		牛肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・ハヤシライスの素・キャベツ きゅうり・ウインナー・コーン・わかめ・ちりめん・ごま・チーズ	※白ご飯は いりません
3	日					
4	月					
5	火					
6	水					
7	木		コーンカレー・くだものキャベツサラダ		牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・コーン・マッシュルーム・カレールー・福神漬 キャベツ・きゅうり・コーン・わかめ・ちりめん・ハム・ごま	
8	金		マーボー豆腐・くだものえのきとわかめのちゅうかあえ	ヨーグルト	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・たけのこ・土生姜・青ねぎ 片栗粉・わかめ・玉ねぎ・コーン・えのき・ごま・スキムミルク・いちごジャム	
9	土		スパゲッティ・パン・くだものハムサラダ・ミニトマト		スパゲッティ・ベーコン・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ マッシュルーム・キャベツ・きゅうり・ハム・ミニトマト	※白ご飯は いりません
10	日					
11	月		さけのマヨネーズやき・くだものさんしょくおひたし		鮭・玉ねぎ・人参・コーン・ほうれん草 ほうれん草・もやし・ちくわ・ごま	
12	火	お話し会	こうやどうふのたまごとし・くだものほろさめもの	アメリカドッグ	鶏肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参・じゃがいも・干し椎茸・青ねぎ・ちくわ・卵 春雨・きゅうり・わかめ・ハム・ごま・ウインナー・ホットケーキミックス・牛乳	
13	水	体操教室	やさしいコロッケ・くだものマカロニサラダ	ほうれんそうケーキ	じゃがいも・玉ねぎ・人参・グリーンピース・コーン・合挽ミンチ・マカロニ きゅうり・ハム・卵・ホットケーキミックス・ほうれん草・バター・牛乳	
14	木	誕生会	サンドイッチ・ウインナー・くだものやさしいスープ・ミニトマト・ブロッコリー	オレンジゼリー	パン・シーチキン・キャベツ・いちごジャム・卵・ミニトマト・ブロッコリー・ベーコン キャベツ・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ウインナー・オレンジジュース・みかん・寒天	
15	金	ECC	ちくぜんに・くだものちくわのパンこやき		鶏肉・牛蒡・れんこん・板こんにやく・人参・大根・ちくわ・厚揚げ 干し椎茸・筍・いんげん・ちくわ・マヨネーズ・パン粉・カレー粉	
16	土		チャーハン・くだものワンタンスープ・チーズ		チャーハン・人参・ほうれん草・ちくわ・青ねぎ ワンタンの皮・大根・人参・キャベツ・モヤシ・コーン・チーズ	※白ご飯は いりません
17	日					
18	月	茶道教室	チーズハンバーグ・くだものニンジングラッセ・キャベツ・トマト		合挽ミンチ・豆腐・玉ねぎ・卵・パン粉・チーズ 人参・バター・キャベツ・トマト	
19	火		すきやきふうに・くだものゆでたまご・あじつけのり	いちごスコーン	牛肉・白菜・人参・玉ねぎ・生椎茸・ごぼう・糸こんにやく・焼き麩・焼き豆腐 青ねぎ・えのき・もやし・卵・味つけのり・ホットケーキの素・いちご	
20	水		ポークビーンズ・くだものちりめんとピーマンのつくだに	ヨーグルト	豚肉・大豆・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・じゃが芋・トマト缶 トマトピューレ・ケチャップ・コンソメちりめん・ピーマン・スキムミルク	
21	木	和太鼓	オムレツ・くだものスパゲッティサラダ	カップケーキ	ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ほうれん草・卵・チーズ・牛乳・コンソメ スパゲッティ・きゅうり・ハム・マヨネーズ・小麦粉・卵・マーガリン・ベーキングパウダー	
22	金		さかなのおうごんやき・くだものコロコロまめのサラダ		メルルーサ・小麦粉・卵・ ミックスビーンズ・さつまいも・ブロッコリー・チーズ・コーン・玉ねぎ	
23	土		ぶたじる・くだものちんげんさいのソテー		豚肉・大根・人参・さつまいも・豆腐・板こんにやく・ちくわ・青ねぎ チンゲン菜・人参・玉ねぎ・しめじ・色板・ベーコン	※白ご飯は いりません
24	日					
25	月	避難訓練	すぶた・くだものゆでたまご・のりのつくだに	みかんケーキ	豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ・干し椎茸・バイン缶・土生姜 卵・のりの佃煮・ホットケーキミックス・みかん・バター	
26	火		おかず付きべんとう(全園児)	クッキー		※お弁当持参
27	水	体操教室	さばのみそに・くだものこまつなとひじきのあえもの	ラスク	鯖・生姜・小松菜・ひじき・ちりめんじゃこ・人参 ごま・パン・バター・生クリーム・アーモンド	
28	木		からあげ・くだものポテトサラダ・ミニトマト		鶏肉・片栗粉・土生姜 じゃがいも・人参・きゅうり・ハム・卵・ミニトマト	
29	金		にくじゃが・くだものきゅうりのすのもの	ヨーグルト	牛肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・糸こんにやく・ちくわ・いんげん きゅうり・わかめ・ごま・ちりめん・スキムミルク・いちごジャム	
30	土		やきそば・くだものみそしる・ウインナー		豚肉・やきそば・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・青ねぎ・ピーマン 花かつお・青のり・紅生姜・じゃがいも・人参・油揚げ・しめじ・ウインナー	※白ご飯は いりません
31	日					