

5月 こんだてよていひょう

令和7年度 多賀こども園

日	曜	1・2歳児		副 食	3 時	家で食べてほしい 食べ物	
		10時	主食				
1	木	牛乳	ごはん	じゃがいものふくめに ツナいりたまご みそしる (はくさい あぶらあげ)	むぎちゃ しらすごはんむすび	ぎゅうにゅう	
2	金	牛乳	ごはん	チキンのマーマレードやき フレンチサラダ オニオンスープ	りょくちゃ かしわもち (末満見) わかめごはんむすび	きのこ	
3	土	けん 憲	ほう 法	き 記	ねん 念	ひ 日	
5	月	こ ども の ひ					
6	火	ふり 振	かえ 替	きゅう 休	じつ 日		
7	水	牛乳	ごはん	あげワンタン シルバーサラダ ちゅうかスープ	むぎちゃ そうめん	いも	
8	木	たん 誕	じょう 生	かい 会 (主食はいりません)	ソファール クッキー	さかな	
9	金	牛乳	ごはん	さわらのごまみそやき ひじきのにも すましじる (なると しめじ ねぎ)	ミルク フレンチトースト	にく	
10	土	牛乳	そぼろごはん かぼちゃのあまに みそしる (たまねぎ ねぎ)			フルーチェいちご クラッカー	たまご
12	月	牛乳	ごはん	とうふのあげだんご レバーのあまからに すましじる (そうめん にんじん ねぎ)	むぎちゃ たけのこごはんむすび	くだもの	
13	火	牛乳	ごはん	にさかな きゅうりのすのもの にくだんこじる	ミルク サンドウィッチ	まめ	
14	水	牛乳	ごはん	なまあげのちゅうかふうに いそかあえ わかめスープ	ミルクゼリー せんべい	みどりのやさい	
15	木	牛乳	ごはん	にくじゃが ほうれんそうのなっとうあえ みそしる (キャベツ あぶらあげ)	ミルク チーズトースト	さかな	
16	金	牛乳	ごはん	ぶたにくのしょうがやき マカロニサラダ はくさいスープ	みかんヨーグルト クッキー	かいそう	
17	土	牛乳	ナポリタン スティックやさい コンソメスープ			むぎちゃ さけむすび	いも
19	月	牛乳	ごはん	チーズシュウマイ たたききゅうり たまごコンスープ	ミルク ぶどうパン	かいそう	
20	火	牛乳	ごはん	カレー しめじとベーコンのサラダ チーズ	プリン せんべい	まめ	
21	水	牛乳	ごはん	やさいとちくわのごもくに たまごやき みそしる (とうふ わかめ)	コーンフレークミルク バナナ	きのこ	
22	木	牛乳	ごはん	ひじにくのチーズやき アスパラのこんろあえ なめこじる	ミルク シュガートースト	くだもの	
23	金	牛乳	ごはん	あげぎょうざ はるさめとトマトのサラダ チンゲンサイのスープ	ミルク マカロニのきなこあえ	さかな	
24	土	牛乳	カレーピラフ フルーツサラダ たまごスープ			ぎゅうにゅう ベルギーワッフル	みどりのやさい
26	月	牛乳	ごはん	とりのからあげ ポテトサラダ キャベツとベーコンのスープ	むぎちゃ ひじきごはんむすび	ぎゅうにゅう	
27	火	牛乳	ごはん	さけのマヨネーズやき きりほしだいこんのいりに かきたまじる	ミルク ジャム/バターサンド	にく	
28	水	牛乳	ごはん	なすのミートグラタン アスパラのおかかあえ ぎゅうにゅうスープ	フルーツヨーグルト クッキー	まめ	
29	木	牛乳	ごはん	ぶたにくとピーマンのいためもの いそマヨネーズあえ みそしる (たまねぎ ぶ)	ミルク ホットケーキ	きのこ	
30	金	牛乳	ごはん	マーボー豆腐 はるさめサラダ わかめともやしのスープ	ミルク たまごロールパン	くだもの	
31	土	牛乳	おべんとう			むぎちゃ クラッカーなど	☆☆☆

八十八夜

八十八夜は、立春から数えて88日目で、毎年5月2日頃のこと。茶農家がお茶の木の新芽（一番軟らかい葉）を摘む時期です。八十八夜に摘み取られた葉で作られた新茶は、昔から不老長寿の縁起物とされてきました。お茶は血中コレステロールを低下させるカテキンなど、多くの有用な成分で知られていますが、カフェインも含まれているので、子供はとりすぎないようにしましょう。

