

やさしい栄養士 と食いしん坊の担当のないしょ話 5月



日付	曜日	主食	メニュー	カロリー	弁当写真	栄養士コメント	幼稚園弁当担当コメント
7	火	ごはん	若鳥のり巻きから揚げ 桜いろしゅうまい 大豆とひじきの煮物 カリフラワーサラダ 大学芋	405k		『カリフラワーサラダ』、暑くなるこれからの季節、食べやすいかと思えます。ひじきは今日は薄味だったですね。やはりすこし残りました。暑くなると塩分も多少必要です。もう少し濃いめに調理してもらいますね。	真っ白のカリフラワーサラダ、美味しいですし、あっさりとおいしいです。是非また、お願いします。今日のひじきは薄味でしたね。レシビ変わりました？
8	水	わがままランチ マーボー丼	マーボー丼 フルーツゼリー	408k		わがままランチ定番の『マーボー丼』です。しっかり中華の旨みのある優しいマーボー丼ですよ〜！！おすすめです！！	わがまま麻婆丼です。全然辛くないやわらかい味です。
9	木	ごはん	白身魚天ぷらの野菜あん ブロッコリー すき焼き風煮込み インゲンの胡麻ドレサラダ みかん缶	412k		今日はお野菜の種類が多めでしたが、園児さん一生懸命食べてくれました。インゲンのサラダもお残しが随分減っていますね！！	これからインゲンは胡麻ドレッシングがいいですね。いい存在感です。すき焼風煮込みもちゃんとすき焼です。白身魚はいつも絶賛してきましたが、あんに赤ピーマンが入って鮮やかに進化しています。
10	金	ごはん	メンチカツ フチトマト 肉じゃが きゅうりの昆布和え ミルクヨーグルト	420k		今日は大切にしていきたい『お母さんの味』のメニューですね◎肉じゃがもきゅうりの和え物も、必ず月いちでお弁当に入れていきますね。	きゅうりの昆布和えは富山県人のマインドフーズですね。自然に手が伸びます。肉じゃがは彼氏が喜ぶおかずランキングに必ず入ってますが、国民食ですね。月一にほしくらいです。
13	月	ごはん	野菜コロッケ ポークウィンナー エビとブロッコリーのソテー マカロニチーズサラダ 黄桃缶	400k		エビとブロッコリーのソテーは次回、もう少しマヨネーズを多めにしてみようかな？エッグフリーのマヨネーズなので、卵アレルギーさんも安心して食べて頂けますね。	エビとブロッコリーとくれば、確かにマヨネーズを連想しますが、今日ほとんりにマカロニチーズサラダがありましたから、あっさりソテーでいいと思いました。
14	火	ごはん	タラの照焼き 五目卵焼き チャブチエ風炒め 花野菜サラダ あまおういちごゼリー	388k		おさかなメニューの中では、『たらの照焼き』が一番残が少ないメニューかもしれません。いつもきれいに食べてくれてます！！おさかなの苦手な子には是非食べてもらいたい！骨もなく柔らかく〜仕上げています◎	タラの照り焼きは柔らかくたべやすいです。味も甘辛になっているので安心して食べてもらえると思います。

15	水	わかめごはん	エビカツ キャンディーチーズ マーボーポテト 青菜とささみのお浸し りんごの甘煮	402k		野菜調査ではマーボーポテト人気でした！！お浸しも頑張ってくれていますねー。新入園児さんたちも少しずつ慣れてきてきているのかな？基本、幼稚園のお弁当は、フライ系にソースはかかりません。今日のエビカツも味はしっかりしています。	麻婆ポテトは新しい発想です。これはどのお弁当にも使えるんじゃないですか。青菜とささみのお浸しはうれしくてもっと欲しくなります。日本人ですね。
16	木	ごはん	サケのパン粉チーズ焼き〜タルタルソース〜 スナッフえんどう 野菜のコンソメ煮 おすわい マンゴープリン	397k		じゃが芋の煮たものは少し残が多いです。ちょっと重たいのかな？サケのパン粉焼きはわりときれいに食べてくれていますね😊	発色の良いきれいな弁当です。やさいのコンソメ煮はじゃが芋が柔らかくくたくたでした。すこし残念。おすわいは確かに酸っぱいのですが、夏のような陽気なのでよかったですと思います。
17	金	ごはん	ハンバーグ〜イタリアンソース〜 ポテトフライ 和風スパゲティ コールスローサラダ いちご杏仁豆腐	390k		いつもなら人気のメニューなのですが、今日は全体的にお残しが多い状態でした……。急に暑くなって、食欲も落ちてしまったかな？少し心配です……。	暑い日にこってり系、園は冷房効いてますかね。きっとまだ完全には冷房してないとすれば、ハンバーグよりスパゲティからかもれませんね。せっかくおいしいメニューなんですけど。天候も要因しますね。
20	月	ごはん	じゃが芋のり巻き天ぷら 照焼き肉団子 豚肉すき煮 フロッコリーサラダ みかん缶	408k		じゃが芋のり巻き天は業者の都合により、納品不可能になりました。とても美味しかったので残念です。今日は代品としてお星さまコロッケとなりました。	お星さまコロッケはかわいかったですよ。テンションあがりますね。おおっ！ですね。
21	火	ごはん	ごまささみカツ 華しゅうまい 春野菜のクリーム煮 切干しサラダ 黄桃杏仁	410k		おはなしゅうまい、初めてでした！しゅうまいの皮は花びらのようになっていて、真ん中はお花らしくコーンとなっています。今日のメインは人気のごまささみカツです😊春野菜のクリーム煮は空豆が入っていて、ふんわり春の香りがします。	きれいですね。はなしゅうまい！！気持ちが高ぶりますね。わあ！って。お弁当聞いてわあ！これ大事ですよ。
22	水	わがままランチ カレーライス	カレーライス キャベツ入りメンチカツ フルーツゼリー	430k		毎月恒例のチキンカレーライスです。しっかり食べてくれたかな？	カレー！そんなところのお店より美味しいんです！！ごちそうさまでした！！
23	木	ごはん	卵としおムレツ〜野菜あん〜 フロッコリー 豚肉の生姜炒め さつま芋サラダ スライスりんご	389k		オムレツはやはり好き嫌いがはっきり分かりますね……。さすがにおかあさんの卵焼きにはかないませんが……。みんなが美味しく食べてくれるように工夫、がんばりますね！！	野菜案はよかったですよ。でも生姜焼きの勝ちですね。手作りにはいかないません。
24	金	ごはん	フチ白身フライ プチトマト ジャーマンポテト 五目大豆煮 マスカットゼリー	390k		蒸し暑い日だったから、ますかっとなゼリーは完食さんが多かったですね😊お豆もしっかり食べてくれていました。みんないい子です。	暑い日が続きます。食べやすいものもいいですね。あっさりしています。こってりは遠慮したいですね。大人でも。

27	月	ごはん	ハンバーグ〜カレーソース〜 ブロッコリー 切干し大根煮 コールスローサラダ みかんゼリー	385k		今日のお残しは目立つものは特にありませんでした。切干大根は若干、苦手な園児さんもおられるかな？頑張り頑張り。	みかんゼリーが透明カップに入ってさらに見栄えがよくなっています。コールスローサラダとカレーハンバーグの対比の色合いもよく実に美味しそうに見えます。
28	火	ごはん	豚串カツ だけのこしゅうまい 炊き合わせ キャベツのピーナツ和え パインスライス	396k		豚玉ねぎ串カツは串付きで少し楽しんで食べてくれたかな？普通の豚カツとはまた違った感じ。豆乳がんも&人参さつまちゃん幼稚園さん定番の炊き合わせ。少しずつ慣れて欲しいと思います。	しゅうまいの種類が探せばたくさんあるのですね。今月はしゅうまい楽しいです。そして発掘した高野栄養士さん、流石です。弁当作りは楽しくなくちゃいけません。基本に戻ります。
29	水	彩り野菜ごはん	チキンカツ キャンデーチーズ マーボー豆腐 大根甘酢和え 芋餅の磯辺天	403k		かわいらしい芋餅の磯辺天は割とよく食べてくれていますね。じゃがいも餅で、小さなこともさんでも食べやすいおもちになっています😊	磯辺天は小さくて食べやすく、かつ美味しいです。それでも大根甘酢、マーボー豆腐が推しですね。手作りはんざいです。
30	木	ごはん	たらの西京焼き 卵焼き 牛肉とごぼうの甘辛炒め りんご入りマカロニサラダ いちご杏仁豆腐	379k		りんご入りマカロニサラダは、暑い時期でもわりと食べやすいサラダになっています。ほのかにリンゴの香りがさわやかな感じになっています。焼き魚の中でも、タラが一番食べやすいようです。	お上品なお弁当です。優しい味の卵焼きにたらの西京焼きで日本の食を園児さん達に楽しんででもらいたいですね。
31	金	ごはん	サーモンフライ スナップえんどう スパゲティ〜ナポリタン ほうれん草のお浸し パインスライス	411k		久しぶりの青菜のお浸しでしたね😊今日はほとんど残はありませんでした！！	ほうれん草のお浸し！！があるからメインディッシュがひきたつ。立派な裏方です。

誕生会



		チキンライス	エビフライ さくらしゅうまい 牛肉のオイスター炒め ポテトチーズサラダ フルーツゼリー	430k		ポテトサラダにはチーズが入っています！！定番の海老フライと、今回は牛肉を使った炒め物を選んでみました。
--	--	--------	---	------	--	---



※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありません。 ※ 調味料は自然塩と本醸造醤油を使用しております。

※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までお召し上がりください。 ※ 魚は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

※ 当社製造工場では、卵、乳、小麦、肉類、魚介類・甲殻類を含む製品を製造しています。