



# 給食だより



5月 御菌宇幼稚園



入園から1か月が経ち、子ども達も園の生活にもそろそろ慣れてきた様子です。5月は突然体調を崩しやすい時期です。子ども達の表情や食欲などの変化に注意しながら、体調管理に気を付けていきましょう。

令和8年度の給食のテーマ ～思い出に残る給食づくりをしよう～

今年度1年間、幼稚園の子ども達が大きくなった時にも「あの給食おいしかったな」と思い出してもらえるような東広島ならではの給食づくりに力を入れたいと考えています。まずは、東広島のご当地メニュー「コメカラ」スポットを当てていきます。今月は、コメカラに東広島市でも広く作られているねぎをたっぷり和えます! 毎月西條酒を下味に使用しますが、5月はどこの蔵元のお酒でしょうか?  
また施設よりルクミー等でお伝えしますね!



給食でとれる栄養は、3歳以上児は1日の45% (うち、おやつは1日の15%)、3歳未満児は50%を目標にしています。また、3歳以上児は110gのを持参した 場合の栄養価です。

今月の栄養量		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
3歳以上児 (おやつあり)	給与栄養量	561	23.0	18.4	1.6
	栄養目標量	574	23.0	17.2	1.6
3歳以上児 (おやつなし)	給与栄養量	373	15.0	9.7	1.6
	栄養目標量	377	14.7	9.4	1.2
3歳未満児	給与栄養量	472	18.5	14.9	1.4
	栄養目標量	475	19.0	14.8	1.4

日	曜	10じのおやつ	おひるのこんだて	3じのおやつ
1	金	まかろにあべかわ	にくだんごとやさいののもの かいそうさらだ ゼリー	かぶとばい
7	木	おにぎり	こうやどうふとやさいのうまに こまつなのおかかあえ ぱいなっふる	むしぱん
8	金	ほっとけーき	さばのかれーむにえる そえやさい どうふのすましじる かんきつ	だいずぎすけに
11	月	みたらしまかろに	ころころろっけ そえやさい くりーみーみそしる かんきつ	ここあぶらまんじえ
12	火	ほっとけーき	しるなしたんたんめん こーるすろーさらだ ばなな	ゆでそらまめ せんべい
13	水	おにぎり	とりてん そえやさい わかたけじる ゼリー	こめこのばななけーき
14	木	くらっかーさんど	しろみざかなのやきまりね あらめのいりに ばなな	ごまとしゃけのおにぎり
15	金	きなこすこーん	ねぎみそかけこめから そえやさい だいこんのもの ぱいなっふる	ぼてまるくん
18	月	ほっとけーき	やさいたっぷりまーぼー ちゅうかあえ ぱいなっふる	おやつやきそば
19	火	まかろにあべかわ	あげざかなのたべきりぱんのうそーす なめこのみそしる かんきつ	あんにんどうふ
20	水	おふらすく	【おたんじょうかいめにゆー】 ふいしゅばーがー ぼてとさらだ こーんすーぶ かんきつ	ぷりんあらもーど
21	木	ばなな	さけのしおやき そえやさい どうにゅうすーぶ めろん	はりはりおにぎり いりこ
22	金	おふらすく	はっしゅどみーとぼーる かりぱりさらだ ぱいなっふる	けーくされ
25	月	くらっかーじゃむ	あげどうふのわふうあんかけ ぶたじる ぱいなっふる	おむれっと
26	火	きなこすこーん	びーんずかれー まかろにさらだ めろん	らっしー ぱんけーき
27	水	おふらすく	しろみざかなのあまみそそーす そえやさい さんすーたん ばなな	みかんゼリー
28	木	おにぎり	ぎゅうたまごとじどん しんごぼうときゅうりのさらだ かんきつ	いももち
29	金	ばなな	ばんはっぼう にんじんさらだ ぱいなっふる	えんどうまめおにぎり

☆ 20日(水)は誕生会です。園でご飯を準備します。箸のみお持ちください。

☆ 19日(火)は食育の日です。和食のメニューを提供します。