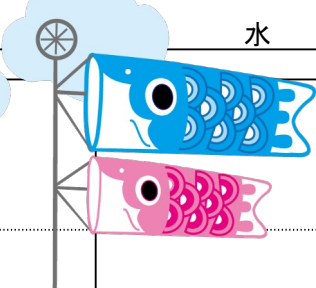


給食メニュー 2025年5月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
			2025. 05. 01	2025. 05. 02	2025. 05. 03
			ごはん 味噌汁（ほうれん草・人参・ごま） 魚の塩麹焼き キャベツのかつお煮 しらす海苔納豆 ウィンナーとトククの甘辛炒め	梅おかかごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） 豆腐ハンバーグ 人参じゃこ炒め 鯉のぼりホットケーキ	休園日
2025. 05. 05	2025. 05. 06	2025. 05. 07	2025. 05. 08	2025. 05. 09	2025. 05. 10
休園日	休園日	雑穀ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・あおさ） 魚のオレンジソース 人参しりしり 果物 みかんヨーグルト プルーン	ごはん 味噌汁（キャベツ・えのき・ごま） 魚のソテー味噌ソース トマト キャベツ納豆 かぼちゃパン レーズン	豚汁うどん 高野豆腐のツナそぼろ もずくときゅうりの酢の物 果物 お誕生日ケーキ	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2025. 05. 12	2025. 05. 13	2025. 05. 14	2025. 05. 15	2025. 05. 16	2025. 05. 17
ごはん 味噌汁（もやし・油揚げ・ごま） 魚の昆布蒸し 洋風切り干し大根 コーン納豆 米粉の和風ケーキ 牛乳	味噌ラーメン風春雨 しらすとよもぎの粉ふき芋 金時豆 果物 わかめツナおにぎり ほうじ茶	雑穀ごはん 味噌汁（じゃが芋・玉ねぎ・ごま） 鶏の塩麹焼き ひじきの煮物 トマト きな粉ヨーグルト 果物	ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚の煮つけ 塩麹ポテトサラダ 梅おかか納豆 みかん寒天 醤油せんべい	ツナ大豆ごはん 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 魚と野菜塩麹蒸し 冷奴 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 05. 19	2025. 05. 20	2025. 05. 21	2025. 05. 22	2025. 05. 23	2025. 05. 24
ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 魚とアスパラの梅風味 果物 わかめ納豆 サラダチキン きゅうりスティック	*ふりふりおにぎり 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 鶏肉の梅味噌煮 ブロッコリーと人参のごま和え 果物 ミックスヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（キャベツ・えのき・ごま） 魚のハーブムニエル ワカメとツナの炒め物 果物 ふかし芋 牛乳	ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 魚の塩焼き 人参とピーマンのきんぴら トマト納豆 ヨーグルトフルーツ寒天 焼塩せんべい	わかめうどん 魚の竜田揚げ 人参と大豆の味噌炒め 果物 玄米ゴマせんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2025. 05. 26	2025. 05. 27	2025. 05. 28	2025. 05. 29	2025. 05. 30	2025. 05. 31
ごはん 味噌汁（小松菜・玉ねぎ・ごま） 魚の醤油麹焼き 豆苗ともやしのベーコン炒め 梅おかか納豆 南部せんべい	ごはん 味噌汁（キャベツ・しめじ・ごま） ピーマンと鶏肉の甘酢炒め キャベツのかつお煮 果物 バナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・ごま） 魚の塩麹トマトソース 野菜ピクルス しらす よもぎ水ようかん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚のゴマ味噌がけ かぼちゃとツナの塩煮 コーン納豆 米粉かぼちゃケーキ	鮭と根菜の炊き込みごはん 味噌汁（あおさ・じゃが芋・ごま） 豚肉とれんこん梅蒸し ちぎり豆腐おかか炒め 玄米おかき プルーン	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
<今月の予定> 5月13日（火）食育「ほうじ茶」…今から暑くなる季節。水分補給についてお話をします。 5月20日（火）お料理「ふりふりおにぎり」…カップの中にご飯を入れて振って作るおにぎりです。天気がよければお外で食べる予定です。					

*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。