

令和5年

5月 給食だより

済生会 なでしこ園

日	曜	給食	食材内容	アレルギー
1	月	魚のピカタ(付ミニトマト)・マカロニサラダ・なすの味噌汁・おしるこゼリー	カレイ・ミニトマト・マカロニ・きゅうり・人参・なす・油揚げ・おしるこ	 
2	火	チキンカレー・和風サラダ・りんごゼリー	鶏小間・玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・きゅうり・かにかま・りんごジュース	 
8	月	ハヤシライス・コールスロー・青菜の味噌汁	牛肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・コン・きゅうり・小松菜	 
9	火	★長崎名物ちゃんぽん！餃子(付枝豆)・みかんゼリー・こいのぼりぼうろ	麺・豚肉・かまぼこ・白菜・人参・玉ねぎ・もやし・コン・餃子・枝豆・みかんゼリー・こいのぼりぼうろ	 
10	水	ポークチャップ・春雨サラダ・玉ねぎのすまし汁	豚肉・しめじ・玉ねぎ・ピーマン・春雨・きゅうり・人参	 
11	木	🎊手羽元揚げ(付ミニトマト)・キャベツの中華風サラダ・ピーマンのすまし汁・ケーキ	手羽元・ミニトマト・きゅうり・キャベツ・かにかま・チンゲン菜・人参・ピーマン・ケーキ	 
12	金	親子丼・五目煮豆・なすの味噌汁・牛乳	鶏小間・玉ねぎ・人参・卵・大豆・いんげん・ごぼう・なす・牛乳	 
13	土	焼きそば・豆腐のスープ・プリン・ヤクルト	焼きそば・ちくわ・かまぼこ・ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・人参・プリン・豆腐・ヤクルト	 
15	月	炊き込みご飯・魚のチーズ焼き(付ミニトマト)・ほうれん草の胡麻和え・豆腐の味噌汁	鶏釜飯の素・カレイ・ミニトマト・ほうれん草・人参・豆腐・玉ねぎ	 
16	火	皿うどん・春巻き・玉ねぎのスープ	麺・キャベツ・コン・たけのこ・きくらげ・豚肉・エビ・もやし・玉ねぎ・人参・かまぼこ・豚肉・牛肉	 
17	水	魚のパン粉焼き(付ミニトマト)・大根の含め煮・里芋の味噌汁・りんご	カレイ・ミニトマト・大根・人参・ちくわ・いんげん・里芋・りんご	 
18	木	お弁当の日	お弁当の日	
19	金	パン・クリームシチュー・ツナときゅうりのサラダ・牛乳	パン・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ツナ・きゅうり・牛乳	 
22	月	魚の胡麻風味揚げ(付ブロッコリー)・納豆和え・えのきの味噌汁	カレイ・ブロッコリー・納豆・ほうれん草・人参・キャベツ・えのき・チンゲン菜	 
23	火	具だくさんオープン焼き(付ミニトマト)・キャベツの塩昆布和え・わかめのすまし汁・牛乳	卵・ツナ・人参・玉ねぎ・椎茸・ミニトマト・きゅうり・キャベツ・昆布・豆腐・牛乳・わかめ	 
24	水	キーマカレー・小松菜とコンの和え物・豆腐のスープ	豚肉・牛肉・玉ねぎ・小松菜・コン・人参・豆腐	 
25	木	牛丼・きゅうりの胡麻和え・かきたま汁・バナナ	牛肉・玉ねぎ・きゅうり・人参・卵・小松菜・えのき・バナナ	 
26	金	魚の甘辛煮(付ブロッコリー)・大根の甘酢和え・野菜スープ	カレイ・ブロッコリー・大根・きゅうり・玉ねぎ・人参・コン	 
27	土	焼きうどん・餃子(付ミニトマト)・玉ねぎのスープ・プリン	うどん麺・ちくわ・かまぼこ・ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・プリン・餃子・ミニトマト	 
29	月	そうめん・鶏のから揚げ・ミニトマト・きゅうり・バナナ	そうめん・鶏肉・ミニトマト・きゅうり・バナナ	 
30	火	魚のクラッカー揚げ(付コン)・かぼちゃのそぼろあんかけ・さつま汁	カレイ・コン・かぼちゃ・いんげん・人参・鶏肉・豚肉・さつまいも・大根・油揚げ	 
31	水	スパゲティナポリタン・野菜サラダ・玉ねぎのスープ・牛乳	スパ麺・ピーマン・コン・ウインナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・きゅうり・魚肉ソーセージ・牛乳	 




～ 郷土料理 長崎県 ちゃんぽんのご紹介 ～

今月の郷土料理は長崎の「ちゃんぽん」です。明治の頃、中華料理の店主が中国人留学生に安くて栄養があるものを食べさせようと、ボリュームたっぷりの料理を作ったのがちゃんぽんのはじまりです。ちゃんぽんは中国語の簡単ご飯という意味の喰飯と混ぜるという意味のちゃんぽんがなまったものが由来とされています。


★こどもの日 5月5日

子どもたちの幸せを願い、健やかな育ちを祝う日です。
 ちまき・・・悪病災難を除くと言われていました。
 柏餅・・・柏の木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫が代々栄えるようにという願いがこめられています。
 菖蒲・・・葉は病気や悪いことを追い払う力があるといわれ、軒先やお風呂に入れたりします。



※献立や食材は、仕入れなどの状況により変更となる場合があります。
 ※卵、乳、小麦粉を使用した献立には    を表示しています。

★ →行事食の日

 →お誕生日メニューの日