

# きゅうしょくだより

2021.03.01

♡♡今年度の 虹色めにゅーを 紹介 します♡♡

5月22日 ☆れん☆  
ごはん  
唐揚げ  
ポテトサラダ  
豚汁  
☆牛乳  
ちぢみ (韓国朝鮮のニラやき)

5月29日 ☆ほのか☆  
鮭ちらし寿司  
唐揚げ  
ひじきの煮物  
あおさ汁  
オレンジ  
☆牛乳  
BANH Ngo (ベトナムのとうもろこしのパン)

6月12日 ☆영신☆  
びびんばぶ (韓国・朝鮮のまぜごはん)  
비빔밥 (韓国・朝鮮のまぜごはん)  
잡채 (韓国・朝鮮の春雨炒め)  
미역국 (韓国・朝鮮のわかめスープ)  
メロン  
☆牛乳  
そら豆プリン

6月19日 ☆あつと☆  
納豆ごはん  
煮込みハンバーグ  
人参グラッセ・粉ふき芋  
味噌汁 (大根・わかめ)  
☆牛乳  
Lumpliang gulay (フィリピン春巻き)

7月17日 ☆はるひ☆  
ちらし寿司  
唐揚げ  
酢の物  
卵スープ  
すいか  
☆牛乳  
黒糖プリン

7月30日 ☆れな☆  
ごはん  
ハンバーグ (中濃ソース)  
ポテトサラダ  
なめこの味噌汁  
すいか  
☆のむヨーグルト  
Gelatina (ブラジルのカラフルゼリー)・リッツ

9月18日 ☆しょうた☆  
ごはん  
唐揚げ  
茄子とベーコン炒め  
わかめスープ  
バナナ  
☆豆乳  
Picarones (ペルーの南瓜とさつま芋のドーナツ)

9月25日 ☆YUUTO☆  
納豆ごはん  
ハンバーグ (舞茸のテミグラスソース)  
塩ゆでブロッコリー・くし型トマト  
味噌汁 (なめこ・玉ねぎ)  
梨  
☆牛乳  
おはぎ

10月16日 ☆えみ☆  
ごはん  
ハンバーグ (ケチャップソース)  
ポテトサラダ  
卵スープ  
☆ココア豆乳  
南瓜のサクサククッキー・いりこ

10月30日 ☆すすは☆  
野菜うどん  
唐揚げ  
春雨サラダ  
梨  
☆牛乳  
ちんびん (沖縄風クレープ)

11月6日 ☆はやと☆  
ごはん  
唐揚げ  
マカロニサラダ  
味噌汁 (豆腐・わかめ)  
りんご  
☆ジョア  
ミニ南瓜パイ

11月13日 ☆奕承☆  
ごはん  
豚肉と大根の煮物  
れんこんときのこのサラダ  
味噌汁 (豆腐・わかめ)  
りんご  
☆牛乳  
炒めビーフン

11月20日 ☆そうた☆  
ごはん  
唐揚げ  
酢の物  
卵と野菜のスープ  
みかん  
☆牛乳  
杏仁豆腐・ソルトクラッカー

1月22日 ☆なつめ☆  
ごはん  
唐揚げ  
塩ゆでブロッコリー  
大根煮  
なめこの味噌汁  
☆牛乳  
お汁粉・うす焼きせんべい

1月29日 ☆まこ☆  
ごはん  
ハンバーグ (にんにくバター醤油)  
ブロッコリーのマヨネーズ和え  
味噌汁 (豆腐・ほうれん草)  
みかん  
☆ジョア  
エンパナーダ (ポリビア・パラグアイのパイ)

2月5日 ☆ひなと☆  
スパゲティナポリタン  
ツナきゅうり  
棒棒鶏  
ぼんかん  
☆牛乳  
豆 呷 (砂糖とごまの甘いおやき)

2月26日 ☆さわ☆  
ごはん  
揚げ出し豆腐  
ブロッコリーとトマト (マヨネーズ)  
南瓜の甘煮  
伊予柑  
☆ジョア  
アメリカンマフィン

3月1日 ☆KEITA☆  
チキンカレーライス  
マカロニサラダ  
バナナ  
☆ジョア  
マカロニナポリタン

3月2日 ☆りお☆  
チキンライス  
マカロニサラダ  
トマト  
中華スープ  
りんご  
☆牛乳  
きな粉ケーキ

3月19日 ☆NOAH☆  
ごはん  
鶏肉のミラネーサ (ナポリターナ)  
マッシュポテト  
野菜スープ  
りんご  
☆のむヨーグルト  
BABAKAU (フィジーの揚げパン)

3月26日 ☆保育園☆  
食パン  
Milanesa (ビーフカツレツ)  
サラダ レモンドレッシング  
コンソメスープ  
伊予柑  
☆牛乳  
デコレーションケーキ



『お家の味』=『ひとりひとりのもつ文化』や『家庭で食べている好きなめにゅー』を大切にしたいとの想いから 熨斗さんの 保護者のみなさまに

メニューや作り方を教えてもらい 保育園の みんなで おいしく わかち合った 虹色めにゅー。  
愛情 あふれる 素敵な メニューに 出会えた 事に 感謝 致します。 保護者の みなさま ご協力 ありがとう ございました♡



😊 3がつ めにゅー 😊

げつ 1	か 2	すい 3	もく 4	きん 5	ど 6
にじいろめにゅー 😊	にじいろめにゅー 😊	ひなまつり ぎょうじしよく さんしよくごはん はなだんご ぼんさんすう なのはなのすましじる ぎゅうにゅう● いちごゼリー りっつくらっかー	ごはん とうふのつくねやき とまととしめじのまりね みそしる(じゃがいも・えのきだけ) きよみかん ぎゅうにゅう● ぶどうばん●(にゅうぬきばん)	ごはん ぶたればーのこうみあげ ぶろっこりーのさらだ みそしる(なまあげ・たまねぎ) でこぼん ぎゅうにゅう● ぐれーぶかん そるとくらっかー	ごはん まーぼーどうふ しるばーさらだ みそしる(あぶらあげ・さつまいも) ぎゅうにゅう● ぱりんこ おーるれーずん
8 ごはん ぶたにくのしおしょうがやき にしよくぼとさらだ みそしる(わかめ・とうふ) ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう● おれんじかん ぶりっつ	9 ごはん たんどりーちきん●(よーぐるどぬき) れんこんのすのもの とうにゅうこーんすーぶ あまなつかん ぎゅうにゅう● とりおこわ	10 みーとそーすすばげってい かほちゃのふくめに きゃべつのおもみ はっさく ぎゅうにゅう● ごまとーすと	11 ごはん やきざかな(さけ) いんげんのきんびら にまめ みそしる(ふ・ながねぎ) いよかん ぎゅうにゅう● こくとうむしばん	12 しよくばん●(にゅうぬきばん) まかろにくらたん●(ちーずぬき) すびなちさらだ こんそめじゅりあん きよみかん ぎゅうにゅう● やきおにぎり	13 ごはん とりにくのばーべきゅーそーすやき ぶろっこりーのおかかあえ みそしる(こまつな・たけのこ) ぎゅうにゅう● かりんとう かぶきあげ
15 ごはん やきころっけ おひたし みそけんちんじる でこぼん ぎゅうにゅう● じゃむばん●(にゅうぬきばん)	16 ごはん さわらのこうみやき きりぼしだいこんのもの みそしる(ほうれんそう・さといも) ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう● やきそば	17 ざっこくまい ちきんかれー ひじきのさらだ ばなな ぎゅうにゅう● くずもち	18 ごはん とうふのつくねやき とまととしめじのまりね みそしる(じゃがいも・えのきだけ) きよみかん ぎゅうにゅう● おはぎ(きなこ・くろごま)	19 にじいろめにゅー 😊	20 おやすみ
22 ごはん ぶたにくのしおしょうがやき にしよくぼとさらだ みそしる(わかめ・とうふ) ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう● おれんじかん ぶりっつ	23 ごはん たんどりーちきん●(よーぐるどぬき) れんこんのすのもの とうにゅうこーんすーぶ あまなつかん ぎゅうにゅう● とりおこわ	24 みーとそーすすばげってい かほちゃのふくめに きゃべつのおもみ はっさく ぎゅうにゅう● ごまとーすと●(にゅうぬきばん)	25 ごはん やきざかな(さけ) いんげんのきんびら にまめ みそしる(ふ・ながねぎ) いよかん ぎゅうにゅう● こくとうむしばん	26 にじいろめにゅー 😊	27 ごはん とりにくのばーべきゅーそーすやき ぶろっこりーのおかかあえ みそしる(こまつな・たけのこ) ぎゅうにゅう● かりんとう かぶきあげ
29 ごはん やきころっけ おひたし みそけんちんじる でこぼん ぎゅうにゅう● じゃむばん●(にゅうぬきばん)	30 ごはん さわらのこうみやき きりぼしだいこんのもの みそしる(ほうれんそう・さといも) ねーぶるおれんじ ぎゅうにゅう● やきそば	31 ざっこくまい ぼーくかれー ひじきのさらだ ばなな ぎゅうにゅう● くずもち	あれるぎーげん じよきしよく ● = たまご・たまごせいひんが はいっています めにゅーの よこに かいてある めにゅーに かわります まよねーず・はむ・ペーこんは あれるぎーげんじよきよのものを つかっています ● = ぎゅうにゅうが はいっています おやつぎゅうにゅうは とうにゅうに かわります それいがいのものは めにゅーのよこに かいてある めにゅーに かわります		

このまーくが あるときは  
しゅしよく(おべんとう)は  
いらないよ