

5月の献立

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん わかめの味噌汁 さばの塩焼き 切干大根の煮物 グレープ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん えのきのすまし汁 えびしゅうまい ほうれん草のお浸し バナナ 				<ul style="list-style-type: none"> カレーうどん ネーブル
おやつ	豆乳パンケーキ 牛乳	かしわ餅/ ミニたい焼き カルピス				トマトカップ ケーキ 牛乳
	8	9	10	11	12	13
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根の味噌汁 豚肉の生姜焼き 大豆サラダ グレープ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん かき玉汁 あじの竜田揚げ キャベツの酢の物 ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> 発芽玄米ごはん 豆腐の味噌汁 肉じゃが 小松菜のお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん しめじのすまし汁 さわらの照り焼き いんげんのソテー バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん キャベツのスキム入味噌汁 生揚げのそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きそば バナナ
おやつ	じゃこおむすび お茶	チンピン 牛乳	日向夏 牛乳	煮豆 牛乳	よもぎ焼きもち 牛乳	おからぼうろ 牛乳
	15	16	17	18	19	20
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん コンソメスープ さけのバター焼き ひじきの炒め煮 ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根のすまし汁 まりあげ じゃが芋なます バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん なめこの味噌汁 赤魚の煮付け 切干大根の胡麻和え グレープ フルーツ 	 <p>お弁当の日</p>	 <p>お弁当の日</p>	 <p>お弁当の日</p>
おやつ	人参蒸しパン 牛乳	お好み焼き 牛乳	ゆかりおむすび お茶	ひじきクッキー 牛乳	きな粉パンケーキ 牛乳	クラッカー 他 牛乳
	22	23	24	25	26	27
おひる	 <p>お弁当の日</p>	<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん ポークカレー マカロニサラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 南瓜のスキム入味噌汁 さけのオーロラソースかけ 胡瓜の酢の物 ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん もすくのすまし汁 干草焼き プロッコリーの お浸し 	<ul style="list-style-type: none"> 発芽玄米ごはん キャベツの味噌汁 牛肉と筍の甘辛煮 ひじきサラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ジャージャー麺 ネーブル
おやつ	マカロニの あべかわ 牛乳	オートミール クッキー 牛乳	よもぎ蒸しパン 牛乳	グレープフルーツ 牛乳	青菜おむすび お茶	豆腐ケーキ 牛乳
	29	30	31			
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん エリンギのスキム入味噌汁 鶏肉のマーマレード煮 小松菜の胡麻和え バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん レタスのコンソメスープ ポークビーンズ ごぼうサラダ グレープ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん しめじの味噌汁 鶏肉の南蛮漬 キャベツのお浸し ネーブル 	 <p>ほいくえんのいちごもいろいろあります</p>		
おやつ	おからドーナツ 牛乳	さけおむすび お茶	バターラスク 牛乳			

★汁物(味噌汁・スープ)に、玉ねぎ・人参は必ず入っています。

★発芽玄米の日は、ひよこ・ペンギん・いるか・ぼんだ・きりん組は白ごはんです。

★嗜むことを大切にするために、おやつ献立によって「昆布・煮干し」などをつけ合わせています。

