

5月の献立

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
おひる			<ul style="list-style-type: none"> ごはん もやしの味噌汁 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 切干大根のすまし汁 えびシューマイ ブロッコリーのお浸し バナナ 		
おやつ	5月5日は、こどもの日 こどもたちが、元気でしあわせに 過ごせますように!!		人参蒸しパン 牛乳	かしわ餅/ ミニたい焼き カルピス		
	6	7	8	9	10	11
おひる	振替休日	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ ネーブル 	<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 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん えのきの味噌汁 凍り豆腐の炒め煮 小松菜のお浸し グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん もずくのすまし汁 さけの西京焼き じゃが芋なます バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 焼きそば ネーブル
おやつ		豆乳パンケーキ 牛乳	ゆかりおむすび お茶	きな粉ラスク 牛乳	よもぎ蒸しパン 牛乳	おからぼうろ 牛乳
	13	14	15	16	17	18
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根の味噌汁 さわらの照り焼き ひじきの炒め煮 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 発芽玄米ごはん もやしのすまし汁 豚肉の生姜焼き 大豆サラダ ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん わかめの味噌汁 赤魚の煮付け アスパラの胡麻和え グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん しめじのすまし汁 まりあげ ほうれん草のお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐の味噌汁 牛肉と筍の甘辛煮 胡瓜の酢の物 ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ジャージャー麺 バナナ
おやつ	こねつけ 牛乳	じゃが芋 ボンデケーキ 牛乳	しぐれおむすび お茶	日向夏 牛乳	お好み焼き 牛乳	きな粉クッキー 牛乳
	20	21	22	23	24	25
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん きくらげの中華スープ 麻婆豆腐 パンサンスー ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 南瓜のスキム入り味噌汁 さけのオーロラソースかけ もやしのナムル バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根のすまし汁 干草焼き キャベツのお浸し ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん しめじの味噌汁 鶏肉のマーマレード煮 小松菜の胡麻和え グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん じゃこ入り味噌汁 さばの塩焼き 切干大根の煮物 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 和風スパゲティー ネーブル
おやつ	レーズン蒸しパン 牛乳	青菜おむすび お茶	きな粉パンケーキ 牛乳	煮豆 牛乳	チンピン 牛乳	トマトカップ ケーキ 牛乳
	27	28	29	30	31	
おひる	<ul style="list-style-type: none"> ごはん えのきのコンソメスープ ポークソテー キャベツとコーンのサラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 発芽玄米ごはん なめこの味噌汁 生揚げのそぼろ煮 切干大根の胡麻和え グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん キャベツのスキム入味噌汁 さわらの甘酢あんかけ 粉ふき芋 ネーブル 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根のすまし汁 大豆の五目煮 ほうれん草の胡麻和え バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん エリンギの味噌汁 いかと野菜の炒め物 海藻サラダ グレープフルーツ 	
おやつ	バターラスク 牛乳	マカロニのあべかわ 牛乳	ひじきクッキー 牛乳	さけおむすび お茶	小豆マフィン 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・麦ごはんの日は、ひよこ・ぺんぎん・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。

