

5月献立表

(旬の食材)

(たまねぎ・そら豆)

	31日(月)	日(火)	日()	日(木)	日(金)	1日(土)
10時	牛乳					スタミン
昼食	玄米ごはん 魚のマヨネーズ焼き 小松菜のお浸し 汁物					ごはん じゃが芋のそぼろ煮 コーンサラダ
15時	牛乳 甘辛せんべい					野菜ジュース 菓子
	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
10時				牛乳	牛乳	スタミン
昼食	(憲法記念日)	(みどりの日)	(こどもの日)	玄米ごはん 魚のレモン煮 マカロニサラダ メロン	玄米ごはん とり天 磯煮 レタス/塩ゆでそら豆	わかめごはん 牛肉のねぎ焼き ハムサラダ
15時				野菜ボール (和風たこ焼き)	飲むヨーグルト サッポロポテト	野菜ジュース 菓子
	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
10時	牛乳	牛乳	ぶどうジュース	バナナ	牛乳	スタミン
昼食	カレーライス ほうれん草のお浸し バナナ	栄養満点ごはん 切り干し煮 りんごサラダ	パン ハンバーグ ベーコン炒め トマト・牛乳	玄米ごはん 回鍋肉 ツナサラダ 若竹汁	玄米ごはん ちくわの磯辺揚げ マカロニナポリタン りんご	ごはん 高野豆腐の煮物 トマトサラダ
15時	牛乳 甘酒入り蒸しパン	ゼリー	いも天	牛乳 ごまマフィン	牛乳 とんがりコーン	野菜ジュース 菓子
	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
10時	牛乳	オレンジジュース	牛乳	バナナ	牛乳	スタミン
昼食	たけのこごはん 煮魚 小松菜の中華和え 汁物	玄米ごはん 鶏肉の照り焼き わかめサラダ バナナ(納豆)	玄米ごはん 肉じゃが チンゲン菜の酢和え おかずいりこ	玄米ごはん 豆腐団子のから揚げ フレンチサラダ トマト	玄米ごはん 豚肉の生姜焼き ジャーマンポテト 味噌汁	ごはん 麻婆春雨 グリーンサラダ
15時	牛乳 桃ケーキ	牛乳 チップスター	焼きうどん	牛乳 星たべよせんべい	牛乳 焼きドーナツ	野菜ジュース 菓子
	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
10時	牛乳	りんごジュース	牛乳	牛乳	牛乳	スタミン
昼食	玄米ごはん 魚のフライ ひじきサラダ	中華丼 小松菜の土佐酢和え バナナ	玄米ごはん 牛肉のもろみ煮 中華きゅうり 味噌汁	玄米ごはん じゃが芋のかき揚げ キャベツのレモン酢和え トマト(ししゃも)	パン 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草ソテー メロン	ごはん 厚揚げの煮物 りんごサラダ
15時	牛乳 べじたべるスナック	牛乳 マーラーカオ	炊き込みおにぎり	牛乳 ホットケーキ	プリン	野菜ジュース 菓子

- ・材料購入等の都合により、献立を変更する場合があります。
- ・18日の納豆はらいおん組、27日のししゃもはぺんぎん・らいおん組が食べます。
- ・パンの日について・・・こあら・りす組はロールパン、あひる・ぺんぎん・らいおん組は米粉パンになります。

