

# 5月の予定献立表

月	火	水	木	金	土
				1	2
				玄米入りご飯 春野菜の天ぷら ポパイサラダ 雷こんにゃく なめこ汁(赤だし)	手作り 弁当の日
				かからん団子 牛乳	バナナ 牛乳
4	5	6	7	8	9
みどりの日	こどもの日	振替休日	五穀ご飯 魚のフリッター(オーロラソース) ポイル野菜 ひじきの炒め煮 若竹汁(味噌)	玄米入りご飯 炒り鶏 もやしのナムル トマト 麩の味噌汁	玄米入りご飯 鶏と豆腐のあんかけ丼 みそ汁
			フルーツヨーグルト	マカロニあべかわ	バナナ 牛乳
11	12	13	14	15	16
五穀ご飯 厚焼き卵 揚げごぼう 小松菜とツナの和え物 玉ねぎの味噌汁	玄米入りご飯 魚の味噌マヨネーズ焼き せんきゃべつ 千切り大根の炒め煮 若竹汁	玄米入りご飯 キャベツバーグ ジャーマンポテト風 塩茹で枝豆 味噌汁(かぼちゃ)	玄米入りご飯 魚の南蛮漬け かぼちゃのセサミサラダ 昆布の佃煮 春の新野菜の味噌汁	玄米入りご飯 春野菜のてんぷら ポパイサラダ 雷こんにゃく なめこ汁	玄米入りご飯 牛とし丼 大根の味噌汁
ヨーグルト和え	がね 牛乳	塩おにぎり きゅうりのピクルス	メロン 食べるいりこ	かからん団子 牛乳	バナナ 牛乳
18	19	20	21	22	23
五穀ご飯 豆腐の五目焼き 人参のサラダ サラダ菜 五月汁	玄米入りご飯 魚の香味焼き かぼちゃの天ぷら きゅうりの酢の物 そうめん汁	玄米入りご飯 鶏の揚げ調味だれ スパゲティ たけのこの金平 味噌汁	玄米入りご飯 魚のフリッター(オーロラソース) ポイル野菜 ひじきの炒め煮 若竹汁	玄米入りご飯 炒り鶏 もやしのナムル トマト 麩の味噌汁	玄米入りご飯 鶏と豆腐のあんかけ丼 味噌汁
ふくれ菓子 牛乳	おにぎり(油みそ) 塩トマト	夏みかん、ベビチーズ、おしゃぶり昆布	フルーツヨーグルト	野菜ドーナツ 牛乳	バナナ 牛乳
25	26	27	28	29	30
五穀ご飯 厚焼き卵 揚げごぼう 小松菜とツナの和え物 玉ねぎの味噌汁	玄米入りご飯 魚の味噌マヨネーズ焼き せんきゃべつ 千切り大根の炒め煮 若竹汁	玄米入りご飯 キャベツバーグ ジャーマンポテト風 塩茹で枝豆 みそ汁	玄米入りご飯 魚の南蛮漬け かぼちゃのセサミサラダ 昆布の佃煮 春の新野菜のみそ汁	玄米入りご飯 春野菜の天ぷら ポパイサラダ 雷こんにゃく なめこ汁	玄米入りご飯 牛とし丼 大根の味噌汁
ヨーグルト和え	がね 牛乳	塩おにぎり 胡瓜のピクルス	メロン 食べるいりこ	かからん団子 牛乳	バナナ 牛乳

※ご飯は、玄米入りご飯になります。(但し月曜日のみ五穀ご飯になります。) 毎日、納豆・りんごが付きます。尚、行事等により献立が変更になる場合がありますので、ご了承下さい。