



5月のきゅうしょく



5月のもくひょう

準備は早く

上手にしよう

2日(月)



- たけのこごはん
- ヒレカツ
- きゅうりの酢醤油漬け
- かしわもち

6日(金)



- 胚芽飯
- 牛乳
- カレーライス
- 切り干し大根のサラダ
- いよかんゼリー

9日(月)



- 米飯
- 牛乳
- 豚じゃが
- 干草焼き
- チンゲンサイの和え物

10日(火)



- コッペパン
- 牛乳
- 洋風含め煮
- おからのサラダ
- いちごジャム

11日(水)



- 減量米飯
- 牛乳
- きつねうどん
- 小えびの天ぷら
- ひじきの炒め煮

12日(木)



- 黒糖パン
- 牛乳
- じゃがいものスープ
- 焼きフランクフルト
- ザワークラウト

13日(金)



- 麦飯
- 牛乳
- 新玉ねぎの味噌汁
- とり団子の甘酢あんかけ
- 切り干し大根の煮物

16日(月)



- 米飯
- 牛乳
- タイビーエン
- ツナそぼろごはん
- かみかみ豆

17日(火)



- 米飯
- 牛乳
- すまし汁
- さばの味噌だれかけ
- チンゲンサイの炒め物

18日(水)



- 米飯
- 牛乳
- 高野豆腐の酢豚風
- ごぼうとささみの中華炒め

19日(木)



- コッペパン
- 牛乳
- マカロニスープ
- ミートポテト
- スライスチーズ

20日(金)



- 胚芽米飯
- 牛乳
- カレーライス
- アスパラのソテー
- ヨーグルト

23日(月)



- 米飯
- 牛乳
- 厚揚げのごま煮
- 春雨の和え物
- 味付け小魚

24日(火)



- ベビーコッペ
- 牛乳
- キャベツとベーコンのクリームパゲティ
- 鮭の香草フライ
- きゅうりのピクルス

25日(水)



- 米飯
- 牛乳
- マーボー豆腐
- シューマイ
- 切り干し大根のナムル

26日(木)



- 黒糖パン
- 牛乳
- 鶏肉のトマトスープ
- ポテトのチーズ焼き

27日(金)



- 麦飯
- 牛乳
- 親子丼
- れんこんの炒め物

30日(月)



- 米飯
- 牛乳
- だんご汁
- ひじきめし
- とり天

【郷土料理：大分】

31日(火)



- 全粒粉コッペ
- 牛乳
- シュリエヌスープ
- フライドポテト
- ツナマリネ

