



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

1日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・鶏肉のトマトスープ
- ・ポテトのマヨ焼き

2日(金)



- ・牛乳
- ・だけのごはん
- ・ササミフライ
- ・きゅうりとひじきの酢醤油漬
- ・かしわもち

7日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・切り干し大根のサラダ

8日(木)



- ・ベビーコッペパン
- ・牛乳
- ・たらこクリームパゲティ
- ・コロッケ
- ・きゅうりのピクルス

9日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・新玉ねぎの味噌汁
- ・肉団子の甘酢煮
- ・チンゲンサイの和え物

12日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏じゃが
- ・干草焼き

13日(火)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・洋風含め煮
- ・おからのサラダ

14日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・さぬきうどん
- ・けんちん煮
- ・ちくわの磯部揚げ

15日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・レンス豆のスープ
- ・ミートポテト
- ・キャンディチーズ

16日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げのキムチ煮
- ・パンサンダー

19日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・すまし汁
- ・さばの味噌だれかけ
- ・キャベツの和え物

20日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・高野豆腐の酢豚風
- ・こぼろの中華炒め

21日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・チンゲンサイのサラダ
- ・醃酵乳

22日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・じゃがいものスープ
- ・フランクフルト
- ・ザワークラウト

23日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・親子丼
- ・れんこんの炒め物

26日(月)



- ・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

27日(火)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・シュリンプスープ
- ・フライドポテト
- ・ツナマリネ

28日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・みそにゅうめん
- ・いわしの煮付け
- ・チンゲンサイの炒め物

29日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・大豆の洋風煮込み
- ・マカロニサラダ

30日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚キムチの混ぜご飯
- ・卵スープ
- ・いちごゼリー

