



5月のきゅうしょく



5月

5月のもくひょう
準備は早く
上手にしよう

1日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・新玉ねぎのみそ汁
- ・鶏団子の甘酢煮
- ・切り干し大根の炒め物
- ・抹茶ふりかけ

2日(火)



- ・たけのこごはん
- ・牛乳
- ・ササミフライ
- ・きゅうりとひじきの醤油漬
- ・かしわもち
【こどもの日こんだて】

8日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ワントンスープ
- ・豚キムチのまぜごはん
- ・ヨーグルト

9日(火)



- ・ベビーコッパン
- ・牛乳
- ・キャベツとベーコンの
クレープ
- ・コロッケ
- ・きゅうりのピクルス

10日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・親子丼
- ・れんごんの炒め物
- ・りんごの缶詰

11日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・ジュリエンスープ
- ・フライドポテト
- ・ツナマリネ

12日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・切り干し大根のサラダ

15日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚じゃが
- ・千草焼き
- ・チンゲンサイの和え物

16日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・タイビーエン
- ・ツナそぼろごはん
- ・手作り黒糖大豆

17日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・きつねうどん
- ・いかの天ぷら
- ・ひじきの炒め煮

18日(木)



- ・セサミパン
- ・牛乳
- ・マカロニスープ
- ・ミートポテト
- ・キャンディーチーズ

19日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げのキムチ煮
- ・パンサンスー

22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

23日(火)



- ・コッパン
- ・牛乳
- ・洋風なめ煮
- ・おからのサラダ

24日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・高野豆腐の酢豚風
- ・こぼろとささみの
中華炒め

25日(木)



- ・コッパン
- ・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

26日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・アスパラのサラダ

29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

30日(火)



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

31日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・みそにゅうめん
- ・いわしの煮付け
- ・キャベツの炒め物
- ・かみかみ豆

