



月	火	水	木	金	土
		2024.05.01	2024.05.02	2024.05.03	2024.05.04
		雑穀ごはん 野菜スープ 魚のカレームニエル エリンギ青のり炒め 果物 ウインナーとトクの甘辛炒め	ごはん 味噌汁 (ブロッコリー・人参・ごま) ピーマンと鶏肉の甘酢炒め キャベツのかつお煮 しらす海苔納豆 鯉のぼりホットケーキ	休園日	休園日
2024.05.06	2024.05.07	2024.05.08	2024.05.09	2024.05.10	2024.05.11
休園日	ごはん 味噌汁 (もずく・豆腐) 魚のハーブムニエル アスパラとウインナーの炒め 果物 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・ごま) 豚こま酢豚 蒸しカボチャ しらすきゅうりポン酢 豆乳寒天	ごはん 味噌汁 (キャベツ・じゃが芋) 魚のゴマ味噌がけ もずくときゅうりの酢の物 トマト納豆 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁 (ブロッコリー・しめじ・ごま) 豆腐ハンバーグ 人参しりしり そら豆 南部せんべい 果物	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ
2024.05.13	2024.05.14	2024.05.15	2024.05.16	2024.05.17	2024.05.18
ごはん 味噌汁 (豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の塩麴焼き ツナじゃが煮 キャベツ納豆 サラダチキン きゅうりスティック	梅おかかごはん 味噌汁 (レタス・人参・豆腐) 魚の照り焼き じゃが芋人参のきんぴら 金時豆 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 鶏肉の梅味噌煮 いんげんの塩麴ツナ和え きゅうりミニトマトナムル 大豆チーズ焼き	*ふりふりおにぎり* 味噌汁 (キャベツ・しめじ・ごま) 魚の塩麴トマトソース 果物 わかめ納豆 ふかし芋 牛乳	*ふりふりおにぎり* 味噌汁 (豆腐・玉ねぎ) 鶏の塩麴焼き ブロッコリーと人参のごま和え かぼちゃ胡麻和え 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.05.20	2024.05.21	2024.05.22	2024.05.23	2024.05.24	2024.05.25
ごはん 味噌汁 (ブロッコリー・玉ねぎ・ごま) 魚の煮つけ ほうれん草おひたし 梅おかか納豆 マカロニきな粉	糸こんにゃくそばろごはん 味噌汁 (あおさ・じゃが芋) 厚揚げとキャベツの甘味噌炒め 蒸し豆じゃこ和え バナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁 (もずく・えのき) 魚と野菜塩麴蒸し 蒸し豆ベーコン しらす わかめツナおにぎり	ごはん 味噌汁 (小松菜・人参・ごぼう) 魚のソテー味噌ソース 人参じゃこ炒め おくら納豆 みかん寒天	ツナ大豆ごはん 味噌汁 (なす・玉ねぎ・ごま) 小松菜人参ささみの胡麻和え しらす入り粉ふき芋 果物 焼塩せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2024.05.27	2024.05.28	2024.05.29	2024.05.30	2024.05.31	
ごはん 味噌汁 (白菜・しめじ・ごま) 高野豆腐の重ね煮 塩きゅうりスティック コーン納豆 お誕生日ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁 (さつま芋・玉ねぎ・ごま) 魚の竜田揚げ ブロッコリー醤油麴胡麻和え 果物 お誕生日ケーキ	雑穀ごはん 味噌汁 (ほうれん草・豆腐) 豚肉とれんこん梅蒸し ワカメとツナの炒め物 果物 みかんヨーグルト レーズン	ごはん 味噌汁 (大根・油揚げ・わかめ) 魚の塩麴トマトソース しらすとよもぎの粉ふき芋 しらす海苔納豆 米粉の和風ケーキ 牛乳	白菜丼 春雨スープ 小松菜のおかか煮びたし スティック野菜 玄米おかき 果物	

<今月の予定>

- 5/10 (金) 食育の日「そら豆」…絵本『そらまめくんとおまめのなかま』のそら豆。鞘から豆をとりだしますよ。
- 5/16 (木)・17 (金) お料理の日「*ふりふりおにぎり」…カップの中にご飯をいれて振って作るおにぎりです。
2つのチームに分かれて天気がよければ、近くの公園で食べる予定です。



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。