

5月 献立表

	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	5/6 (月)	5/7 (火)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 厚揚げの煮物 茄子の生姜和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 高野豆腐煮 春菊のﾄﾞﾚ和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｷﾞﾊﾞｯｼﾞ ｲﾝﾌﾞｰ炒め 小松菜和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ﾎﾞﾀﾞｼﾞｰｽｰﾌﾟ 小松菜炒め ｽﾀｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのﾗｸﾞ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 鶏だんご煮 ｶﾗﾌﾞのｶｶ和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 菜花のソテー ｶﾗﾌﾞｰﾗｸﾞ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｱｽﾞﾗ ﾍﾞｰｺﾝ炒め 白菜のﾄﾞﾚ和 牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> しらすちらし寿司 すまし汁 大根の炒め煮 ほうれん草のおかか和 洋なし缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 牛肉とｷﾉのﾊﾞﾀｰ醬油炒め ごぼう煮 もずく酢 りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 白身フライ 白菜の煮物 ひじきとｲﾝﾌﾞｰのﾗｸﾞ マンゴー缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん なめこ汁 鶏肉の生姜煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾗｸﾞ 茄子の浅漬け 黄桃缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 揚げだし豆腐 ｶｶのたたき 洋なし缶 	<ul style="list-style-type: none"> やきそば すまし汁 白菜のｺﾝｽﾐ煮 ｷﾉ草和え みかん缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 中華スープ ホキの甘酢あんかけ シューマイ 春雨サラダ ﾋﾞﾀﾐﾝﾌﾞﾘｰ
間	フルーチェ	お茶まんじゅう	どら焼き	ベビーカステラ	南瓜マフィン	キャラメルプ	たい焼き
夕	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の七味焼き 小松菜の煮浸し 長芋のおおさ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｶﾞのみそ煮 ｷﾉの中華炒め 切干大根ﾗｸﾞ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉の塩こうじ焼き 菜花と鶏肉の煮物 たくあん漬 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｱﾝのさんしょ焼 ｷﾉ草炒め 白菜の酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 松風焼 小松菜の煮付 大根とｲﾝﾌﾞｰのﾗｸﾞ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のﾏｰﾙﾄﾞ焼 金平レンコン 里芋のずんだ和 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 肉豆腐 なすの炒め煮 ｷﾞﾊﾞｯｼﾞの梅ﾄﾞﾚ和
	5/8 (水)	5/9 (木)	5/10 (金)	5/11 (土)	5/12 (日)	5/13 (月)	5/14 (火)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 大根の煮物 うぐいす豆 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 高野豆腐の煮付 梅肉 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｽのそぼろ炒め 小松菜和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｲﾝﾌﾞｰｰ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｰﾗｸﾞ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｽﾀｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのﾗｸﾞ 大根のゴマ和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 厚焼き玉子 ｲﾝﾌﾞｰのおかか和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 厚揚げの煮付 白菜の浅漬け 牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｺﾝｽﾐｰﾌﾟ ハンバーグ ｱｽﾞﾗのﾗｸﾞ ごま豆腐 ぶどう缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ｱﾝの南蛮漬け ｷﾉ草の炒め物 ｲﾝﾌﾞｰのｷﾉ和 マンゴー缶 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ゆずぜん豆腐 白菜の煮物 大根のﾄﾞﾚ和 ｶﾞｰﾙﾌﾞﾘｰ 	<ul style="list-style-type: none"> ｷﾉちらし寿司 すまし汁 切干大根煮 ｷﾉ草のﾋｰﾅｯｼﾞ和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ﾋﾞｰﾌﾗｯﾃｰ 菜花のおかか和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 鶏肉の唐揚げ ほうれん草炒め 白菜の生姜和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ｷﾉ草のｷﾞﾊﾞｯｼﾞ和 ｽﾀｯﾌﾟｲﾝﾄﾞﾙのﾗｸﾞ ﾏﾝｺﾞｰｰｸﾞﾙﾄ
間	ｶｽﾀｰﾄﾞﾌﾟﾘﾝ	ぼたもち	マロンワッフル	抹茶今川焼	ココアムース	ｼﾞｸまんじゅう	ガトーショコラ
夕	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｶｲの煮付 細昆布の煮付 ｷﾉ草のﾄﾞﾚ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉の生姜焼き さつま芋のﾄﾞﾚ煮 ｶﾗﾌﾞｰﾗｸﾞ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のｽﾀｰﾄﾞ焼 大豆のﾄﾞﾚ煮 胡瓜の酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｷﾉの照り焼き ｷﾞﾊﾞｯｼﾞのﾗｸﾞ マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のﾄﾞﾚ醬油焼 ｷﾉ草炒め 豆サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> きのこ雑炊 ｶﾞの塩焼き 茄子の煮物 小松菜和え 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ｷﾉのﾄﾞﾚみそ焼 ｼﾞｶﾞ芋のﾗｸﾞ 春菊のﾋｰﾅｯｼﾞ和
	5/15 (水)	5/16 (木)	5/17 (金)	5/18 (土)	5/19 (日)	5/20 (月)	5/21 (火)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 大根のつみれ煮 もやし和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｼﾞｶﾞ芋の煮物 白菜の生姜和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 大根のそぼろ煮 春菊のお浸し 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 白菜煮浸し 菜の花の磯和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｲﾝﾌﾞｰの炒め物 金時豆 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> パン ｺﾝｽﾐｰﾌﾟ ｼﾞｶﾞ芋のｷﾞｯｼﾞ炒め ｶﾗﾌﾞｰﾗｸﾞ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ｲﾋﾞｰｰ煮 ｷﾉ草のﾄﾞﾚ和 牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ｷﾉの炊き込みご飯 すまし汁 鶏肉のさざれ焼 ごぼうの煮付 胡瓜のたくあん和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ｷｼめﾝ 豆腐ナゲット 棒棒ｷﾉﾗｸﾞ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ﾎｰｸｶﾚｰ 小松菜のﾗｸﾞ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｷﾞｰｽﾞﾗｸﾞ ｶﾙｰｰｰ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ｶﾞの照焼 ﾋｰｰの炒め物 ほうれん草のﾄﾞﾚ和え フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ｷﾉの豆乳みそ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ炒め ｷﾞﾊﾞｯｼﾞﾗｸﾞ ｷﾉ草 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 ﾓﾝﾁｶｯｼﾞ 小松菜のﾗｸﾞ ｽﾊﾟｰﾗｸﾞ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏肉ちらし寿司 すまし汁 切干大根煮 ｶﾗのﾋｰﾅｯｼﾞ和 フルーツ
間	水ようかん	ココアワッフル	やわらかおかき	ｶｽﾀｰﾄﾞｰｰｰ	白ごまプリン	抹茶どら焼き	水まんじゅう
夕	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐のあんかけ ｲﾝﾌﾞｰの金平 ｷﾞﾊﾞｯｼﾞとﾄﾞﾚのﾗｸﾞ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のﾏｰﾙﾄﾞ焼 切干大根煮 ごま豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん サケフライ ｶﾗﾌﾞｰ炒め 胡瓜漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のじぶ煮 ｷﾉ草の炒め物 海藻サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐ｽｰｰ 梅和ｶｶ 金平ごぼう 白菜のｶｶ和 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 赤魚の西京焼 春雨とﾋｰｰ炒め 大根のﾄﾞﾚ和 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛肉のしぐれ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾗｸﾞ ｲﾝﾌﾞｰのﾎﾝ酢和

5月 献立表

	5/22 (水)	5/23 (木)	5/24 (金)	5/25 (土)	5/26 (日)	5/27 (月)	5/28 (火)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 キャベツのソテー ポテトサラダ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 大根のとながんも煮 おからのドレッシング 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 キャベツのソテー ポテトサラダ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 ほうれん草炒め 納豆 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 大根と豚肉炒め キャベツ菜和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 がんも煮 ポテトのピーナツ和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 白菜の炒め物 おからの磯和 牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 豚肉のみそ炒め ピーマン ほうれん草のおかか和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん コンソメスープ アジの揚げ焼 茄子の煮物 小松菜のソテー和 コーヒゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん けんちん汁 みそカツ 煮合わせ 菜花の昆布和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 豆ごはん すまし汁 卵のトマトソースかけ 白菜の煮浸し スナップエンドウのドレッシング和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> カレーうどん 茄子の煮付 キャベツのソテー和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 アジフライ じゃが芋の煮物 小松菜和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 中華スープ 八宝菜 長芋短冊揚げ 胡瓜のソテー和 フルーツ
間	コンフェ	抹茶水ようかん	やわらかおかき	たい焼き	抹茶水ようかん	黒糖まんじゅう	フルーツ
夕	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のごま焼 菜花とオクラの煮物 トマトサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐ハンバーグ さつまいものレモン煮 春菊のソテー和 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 赤魚の七味焼 ひじき煮 キャベツの和え物 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉とキャベツの中華炒め 焼きギョーザ 切干大根の酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん サバの塩焼き キャベツのおかか煮 春菊の和え物 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ぎせい豆腐 スナップエンドウのソテー 大根と白菜のゆかり和 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 料理の外付け焼 茄子の加風あんかけ 赤しそ胡瓜漬
	5/29 (水)	5/30 (木)	5/31 (金)				
朝	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 厚揚げの煮付 白菜のお浸し 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 春菊の炒め物 かぼちゃのドレッシング和 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 アスパラとキャベツの炒め物 マカロニサラダ 牛乳 				
昼	<ul style="list-style-type: none"> ごはん コンソメスープ 鶏肉のピーマン炒め ピーマン おからの梅ドレッシング和 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん すまし汁 アジの煮付 ジャーマンポテト ほうれん草和え フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん コンソメスープ 料理のニール 茄子のトマト煮 小松菜和え コーヒゼリー 				
間	シューロール	ぼたもち	ココアムース				
夕	<ul style="list-style-type: none"> ごはん タラの照焼 金平レンコン アスパラのマヨネーズ和 	<ul style="list-style-type: none"> チャーハン キャベツの炒め物 ツナサラダ 杏仁豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉の甘辛炒め ごぼうの煮物 ポテトのドレッシング和 				

※献立は変更することがありますのでご了承ください。

5月5日は端午の節句。

「端午の節句」は災いや病気など良くないことが起こらないように。元気で長生きが出来るようにと願う行事。

また、節句に飾る五月人形は、『マサカリカツイデ 金太郎〜♪』という童謡で有名な“金太郎”がモデルとなっており、元気で力強く、優しい子に育てて欲しいという親の願いがこめられています。

この日に食べられるかしわ餅には、新しい芽がでるまで古い葉を落とさない、柏の木の長から「子孫がとだえない」縁起物として食べられています。

管理栄養士