

5月 もいつけ表



月	火	水	木	金
1日 磯煮 ごはん (ごま・たれ) ごまあえ あじフライ (ソース) 	2日 (ドレッシング) 中華サラダ 中華風 炊き込みごはん はんぺんのチーズ焼き わかめスープ 	3日 憲法記念日 	4日 みどりの日 	5日 こどもの日
8日 ほうれんそうのソテー ハンバーグ ごはん にら玉スープ 	9日 いかとえびのチリソース煮 2色揚げパン ココア きなこ ワンタンスープ 	10日 ピース入り わかめごはん (ごま・たれ) ごま酢あえ 鶏肉のから揚げ [3こ] みそ汁 	11日 新じゃがの煮物 (アーモンド・たれ) アーモンドあえ さばのカレー風味焼き ごはん 	12日 ハヤシライス ルー 麦ごはん (卵・ドレッシング) ミモザサラダ
15日 ラーメン 小松菜のソテー ポテトのオーロラソース焼き 	16日 (ドレッシング) 鶏ごぼう 切り干し大根のサラダ ピラフ いかのバター醤油焼き コンソメスープ 	17日 こどもパン レンフォアタン (ドレッシング) アスパラサラダ 手作りコロッケ (ソース) 	18日 深川飯 (だし醤油・のり) 磯香あえ 豚肉のアップルソース焼き みそ汁 	19日 ひき菜炒り ソフトカレイの竜田揚げ ごはん けんちん汁
22日 (ごま・たれ) 野菜肉 ビビンバ ごはん 豆腐スープ 	23日 3時間授業 	24日 カレーライス ルー 福神漬 麦ごはん (ツナ・ドレッシング) ビーンズサラダ 	25日 (たれ) 華風あえ 変わり春巻き チャーハン チンゲンサイのスープ 	26日 筑前煮 (だし醤油) おひたし 鮭のごまマヨネーズ焼き ごはん
29日 体育祭振替休日 	30日 こどもパン ミネストローネ チーズ (ドレッシング) コーンサラダ 甘辛チキン竜田 	31日 中華丼 具 (たれ) ナムル ごはん 手作せしゅうまい 	バランスのよい食事を知ろう 	