

5月の予定

月	火	水	木	金	土
					1 ・なすとベーコンのトマトスパゲティ(スパゲティ・玉ねぎ・なす・トマト・ベーコン・にんにく・ケチャップ・塩・オリーブ油) ・ウインナーと野菜のスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ウインナー・ブイオン・塩)
3	4	5	6 避難訓練(火災) ※消防自動車見学は延期になります。	7	8
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	・ごはん ・白身魚のフライ(たら・パン粉・小麦粉・とんかつソース) ・ひじきと春雨のサラダ(ひじき・春雨・ツナ・枝豆・しょうゆ・塩こしょう・ごまドレッシング) ・みそ汁(麩・わかめ・玉ねぎ・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ごはん ・牛肉のちゃんちゃん焼き(牛肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・えのき・白ねぎ・砂糖・酒・みりん・みそ) ・小松菜のいそ和え(小松菜・もやし・人参・もみのり・しょうゆ・砂糖) ・すまし汁(うすあげ・しめじ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)	・ジャージャー麺(中華そば・豚挽肉・玉ねぎ・人参・椎茸・もやし・きゅうり・にんにく・生姜・鶏がら・砂糖・しょうゆ・豆板醤・みそ) ・大根スープ(大根・人参・コーン・わかめ・鶏がら・しょうゆ)
10 交通安全指導	11	12	13	14	15
・ごはん ・魚のピザ焼き(メルルーサ・玉ねぎ・ピーマン・マッシュルーム・牛乳・ケチャップ・チーズ) ・シーザーサラダ(大根・キャベツ・人参・ベーコン・コーン・食パン・シーザーサラダドレッシング) ・みそ汁(麩・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ごはん ・里芋のみそ煮(豚肉・大根・人参・里芋・こんにゃく・ちくわ・うすあげ・味パック・砂糖・みりん・みそ) ・チンゲン菜とツナのごま酢和え(チンゲン菜・わかめ・ツナ・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ) ・すまし汁(豆腐・しめじ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)	・焼きそばサンド(バターロールパン・中華そば・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・焼きそばソース) ・しいたけとわかめのスープ(玉ねぎ・人参・干し椎茸・わかめ・ベーコン・鶏がら・うすくちしょうゆ・塩) ・りんご	・ごはん ・肉じゃが(牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・糸こんにゃく・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ・切り干し大根とツナのごま和え(きゅうり・人参・切り干し大根・ツナ・ごまドレッシング) ・みそ汁(うすあげ・キャベツ・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ごはん ・麻婆豆腐(豚挽肉・玉ねぎ・白ねぎ・にら・木綿豆腐・生姜・にんにく・ブイオン・砂糖・甜麺醬・ケチャップ・しょうゆ・ごま油・片栗粉) ・春雨サラダ(きゅうり・わかめ・春雨・ロースハム・コーン・砂糖・酢・しょうゆ) ・ワンタンスープ(もやし・青ねぎ・餃子の皮・鶏がら・ブイオン・しょうゆ・塩)	・肉うどん(うどん・牛肉・青ねぎ・かまぼこ・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ・うすくちしょうゆ) ・キャベツとコーンのマヨサラダ(キャベツ・きゅうり・コーン・砂糖・酢・油・マヨネーズ・塩こしょう)
17	18	19	20 キダーカウンセリング	21	22
・ごはん ・鮭のきのこマヨ焼き(鮭・玉ねぎ・しめじ・えのき・マヨネーズ・みそ・酒・塩こしょう) ・酢の物(きゅうり・ちくわ・わかめ・ちりめんじゃこ・砂糖・酢・しょうゆ) ・すまし汁(大根・ほうれん草・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)	・ごはん ・かぼちゃのそぼろ煮(牛挽肉・玉ねぎ・じゃがいも・かぼちゃ・グリーンピース・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ・キャベツと人参のツナ和え(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油) ・みそ汁(えのき・白菜・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ジャーマン風ポテトサンド(バターロールパン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ウインナー・マヨネーズ) ・大根と糸こんにゃくのスープ(大根・人参・青ねぎ・糸こんにゃく・ベーコン・ブイオン) ・みかんゼリー	・ごはん ・鶏肉の竜田揚げ(鶏肉・しょうゆ・みりん・生姜・片栗粉) ・小松菜ときのこの和風サラダ(小松菜・しめじ・人参・ツナ・ごま・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油) ・みそ汁(わかめ・玉ねぎ・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ごはん ・焼売酢豚(鶏肉・パン粉・キャベツ・焼売の皮(一部に小麦・乳成分含む)・人参・玉ねぎ・ピーマン・ごま油・しょうゆ・酢・酒・砂糖・片栗粉) ・キャベツのごまサラダ(キャベツ・人参・もやし・すりごま・砂糖・酢・油・しょうゆ) ・みそ汁(豆腐・さつまいも・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ほうれん草とベーコンの和風スパゲティ(スパゲティ・玉ねぎ・ほうれん草・えのき・ベーコン・しょうゆ・塩・油) ・キャベツとハムのクリームスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ロースハム・ブイオン・牛乳・塩こしょう)
24	25	26 お誕生会	27 歯科健康診断(0~5歳)	28 内科健康診断(0~5歳)	29
・ごはん ・肉豆腐(牛肉・玉ねぎ・人参・白ねぎ・糸こんにゃく・木綿豆腐・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ・チンゲン菜の海苔和え(チンゲン菜・もやし・人参・もみのり・しょうゆ・砂糖) ・みそ汁(麩・しめじ・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・ごはん ・チャプチェ(豚肉・人参・たけのこ・チンゲン菜・春雨・ごま油・生姜・ブイオン・砂糖・酒・しょうゆ・ごま) ・キャベツとちくわのみそマヨ和え(キャベツ・きゅうり・ちくわ・ごま・白みそ・砂糖・酢・マヨネーズ) ・わかめスープ(玉ねぎ・わかめ・ごま・鶏がら・しょうゆ)	・バターパン ・チキンマカロニグラタン(鶏肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・マカロニ・バター・牛乳・ホワイトソース・パン粉・チーズ) ・白菜スープ(白菜・玉ねぎ・コーン・ウインナー・ブイオン・しょうゆ)	・ごはん ・白身魚のかわり揚げ(メルルーサ・片栗粉・玉ねぎ・砂糖・酢・しょうゆ・油) ・ほうれん草とハムのマヨネーズ和え(ほうれん草・ロースハム・コーン・マヨネーズ) ・みそ汁(うすあげ・かぼちゃ・青ねぎ・煮干だし・みそ)	・親子丼(米・鶏肉・玉ねぎ・青ねぎ・ちくわ・卵・混合だし・砂糖・しょうゆ) ・海藻サラダ(きゅうり・人参・ひじき・わかめ・ツナ・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油) ・すまし汁(小松菜・大根・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)	・あんかけ焼きそば(中華そば・豚肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・白菜・ちくわ・エビ・鶏がら・しょうゆ・うすくちしょうゆ・塩・片栗粉) ・豆腐とわかめのスープ(玉ねぎ・青ねぎ・豆腐・わかめ・ごま・鶏がら・しょうゆ)
31	<div data-bbox="1797 1613 2126 1825" data-label="Text"> <p>5月の栄養価平均 熱量 489kcal たんぱく質 17.4</p> </div> <div data-bbox="2250 1603 2469 1825" data-label="Image"> </div>				
・ごはん ・鶏もも肉のトマト煮(鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・ブイオン・トマト・ケチャップ・塩こしょう) ・マカロニサラダ(きゅうり・人参・ロースハム・マカロニ・マヨネーズ) ・みそ汁(ほうれん草・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ)					