

5月分

もくひょう

あんぜん うんぱん はいぜんあとかた
安全に運搬や配膳後片づけをしよう

食育の6つの目標



月 (げつ)	火 (か)	水 (すい)	木 (もく)	金 (きん)
1日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 蒸しぎょうざ はっほうさい ばんさん 八宝菜 拌三すう	2日 まぜいなりずし ギゅうにゅう 牛乳 ほうれん草のごま和え ふのみそ汁 ミニかしわもち	3日 けんぽうきねんび 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日
8日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらの照り焼き いそか 磯香あえ いちご チンゲン菜入りみそ汁	9日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 わかたけに 若竹煮 やさい 野菜の みそマヨネーズ和え ひじきつくだに	10日 さんさい 山菜うどん ギゅうにゅう 牛乳 くきだち菜のおひたし ちまき	11日 ドッグパン スラッピージョー ギゅうにゅう 牛乳 フレンチサラダ 野菜スープ プリン	12日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ソースカツ ゆかり漬け まいたけのみそ汁 ブルーベリーゼリー
15日 く か きゅうぎょうび 緑日 休業日 	16日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜のうま煮 きりぼしだいこん 切干大根の和え物 おかかふりかけ	17日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 なっとう 納豆 やきぶた はるさめ あ もの 焼豚と春雨の和え物 けんちん汁	18日 コッペパン ブルーベリージャム ギゅうにゅう 牛乳 ホワイトシチュー ツナサラダ みしょうかん	19日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにくたつた揚げ ごまみそ和え こまつな 小松菜のおひたし とうふのみそ汁
22日 わかめごはん ギゅうにゅう 牛乳 なまあ ちゅうかに 生揚げの中華煮込み ほうれん草のごまあえ	23日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 わふう 和風ハンバーグ ピリ辛野菜和え とん汁	24日 みそラーメン ギゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉シュウマイ もやしとほうれん 草のナムル	25日 ドッグパン ギゅうにゅう 牛乳 フランクフルトケ チャップソース キャベツとコーンのソテー はくさいのスープ	26日 ポークカレーライス ギゅうにゅう 牛乳 アスパラサラダ ヨーグルト
29日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 はるまき 春雨のごま酢和え さつま汁 ひじきつくだに	30日 黒丸パン ぎゅうにゅう 牛乳 タンドリーチキン チーズサラダ ワンタンスープ	31日 むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いわしの南蛮づけ ほうれん草ともや しのおひたし 大根とじゃがいものみそ汁	 	