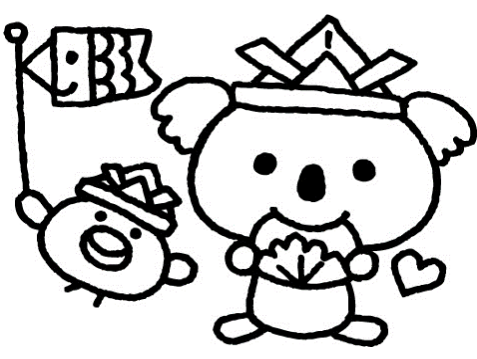


D a o p 5月の指導計画・・・みんなで楽しく食べましょう。 A B C E

月	火	水	木	金	土
<b>5/31</b> ごはん 筑前煮 キャベツの昆布和え  米・豚肉・蓮根・人参 ごぼう・こんにゃく・椎茸 たけのこ・絹さや・昆布 キャベツ  牛乳・ポテトチップス					<b>1</b> ピラフ わかめスープ  米・豚ミンチ・玉ねぎ 人参・青ねぎ・わかめ もやし  ヤクルト・ぼたぼた焼き
<b>3</b> 憲法記念日	<b>4</b> みどりの日	<b>5</b> こどもの日	<b>6</b> ハヤシライス 根菜サラダ 福神漬	<b>7</b> たけのこごはん きざみうどん オレンジ	<b>8</b> 中華丼
			米・牛肉・玉ねぎ・人参 マッシュルーム・れんこん グリーンピース・大葉 マッシュルーム・ごぼう ゴマドレ・ハヤシルウ  牛乳・セサミスティック	米・たけのこ・うどん 牛肉・うすあげ・玉ねぎ しめじ・青ねぎ・オレンジ  りんごジュース・お米スナック	米・豚肉・白菜・人参 イカ・玉ねぎ・もやし 椎茸・鶏がら  ヤクルト・ハッピーターン
<b>10</b> ごはん マーボーなす しゅうまい	<b>11</b> ごはん 新じゃがのそぼろ煮 きゅうりともやしの 酢の物	<b>12</b> ロールパン 南瓜クリーム シチュー りんごゼリー	<b>13</b> ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草の 胡麻和え 金時豆	<b>14</b> きつね寿司 にゅうめん たまご焼き	<b>15</b> 他人丼
米・合いびきミンチ なすび・玉ねぎ・ニラ 椎茸・マーボーの素 しゅうまい  牛乳・豆乳クッキー	米・豚ミンチ・人参 玉ねぎ・糸こんにゃく グリーンピース・もやし きゅうり・酢・砂糖  ヤクルト・さやえんどう	ロールパン・豚肉・人参 南瓜・玉ねぎ・しめじ ブロッコリー・シチュールウ りんごゼリー  おにぎり	米・豚肉・人参・玉ねぎ ピーマン・生姜・胡麻 ほうれん草・金時豆  牛乳・ミレービスケット	米・うすあげ・人参 胡麻・酢・青ねぎ 豆腐・卵・素麺・えのき 玉ねぎ・砂糖  バナナ	米・牛肉・人参・玉ねぎ 卵・青ねぎ  ヤクルト・ぱりんこ
<b>17</b> チキンライス じゃが芋と キャベツのスープ きゅうりの胡麻和え	<b>18</b> ごはん 焼き餃子 春雨スープ	<b>19</b> おべんとうの日	<b>20</b> おべんとうの日	<b>21</b> ごはん 鶏の蒸し焼き キャベツ 白菜の豆乳スープ	<b>22</b> カレーライス
米・合いびきミンチ 玉ねぎ・人参・コーン じゃが芋・キャベツ・胡麻 アスパラ・きゅうり・鶏ガラ グリーンピース  牛乳・麦ロール	米・豚ミンチ・餃子の皮 ニラ・春雨・もやし・人参 白菜・チンゲン菜 鶏ガラ・豚肉  ジョア・フライドポテト	野菜ジュース・かぼちゃドーナツ	牛乳・マカロニきな粉	米・鶏肉・青ねぎ 胡麻油・生姜・キャベツ 人参・白菜・しめじ 豆乳  ももゼリー	米・牛肉・人参・玉ねぎ じゃが芋・カレールウ  ヤクルト・星たべよ
<b>24</b> ごはん 八宝菜 南瓜サラダ	<b>25</b> ごはん コロッケ マカロニサラダ 大根の味噌汁	<b>26</b> 十六穀米 赤魚のあんかけ きんぴらごぼう	<b>27</b> ごはん 肉団子と白菜煮 ブロッコリーと じゃが芋和え	<b>28</b> 焼肉丼 わかめの味噌汁 きゅうりとたくあん和え	<b>29</b> ちゃんぽんめん
米・豚肉・白菜・人参 チンゲン菜・椎茸 もやし・玉ねぎ・イカ 南瓜・ハム・鶏ガラ マヨネーズ  牛乳・ぱりんこ	米・合いびきミンチ 玉ねぎ・じゃが芋 パン粉・マカロニ・きゅうり 人参・ハム・大根・味噌 青ねぎ  牛乳・とんがりコーン	十六穀米・赤魚・人参 玉ねぎ・青ねぎ・ごぼう 糸こんにゃく・絹さや  みかんゼリー	米・豚ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・椎茸 里芋・チンゲン菜 ブロッコリー・じゃが芋  牛乳・リッツ	米・牛肉・もやし・人参 玉ねぎ・焼肉のたれ わかめ・青ねぎ・味噌 きゅうり・たくあん  スポン・ふかし芋	中華めん・豚肉・人参 キャベツ・もやし・椎茸 玉ねぎ  ヤクルト・ぱりんこ

☆献立は変更する事があります。