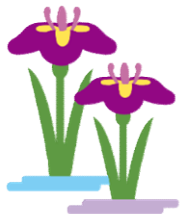





月	火	水	木	金
<h1>5月もいっつけ表</h1>				
				<p>1</p> <p>ビーフソテー 揚げ魚のレモン味</p> <p>かしわもち</p> <p>もずく スープ</p> <p><b>子どもの日献立</b></p>
<p>4</p> <p></p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p></p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p></p> <p>振替休日</p>	<p>7</p> <p>昆布サラダ ゆで卵</p> <p>チキンピラフ</p> <p>春キャベツの ミルク煮</p>	<p>8</p> <p>炒り大豆和え キャベツメンチ</p> <p>きのこ スープ</p>
<p>11</p> <p>カラフルきんぴら ほっけの塩焼き</p> <p>沢煮椀</p>	<p>12</p> <p>切り干し大根の ソース炒め さばのみそ煮</p> <p>けんちん汁</p>	<p>13</p> <p>きのこ和え 小魚と大豆の ごまがらめ</p> <p>塩こうじ 肉じゃが</p>	<p>14</p> <p>のり塩和え 厚焼き卵</p> <p>厚揚げの 中華煮込み</p>	<p>15</p> <p>ナッツサラダ ウインナー (2本)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>揚げパン</p> <p>野菜の カレースープ</p> <p><b>ヨーグルトの日献立</b></p>
<p>18日(月) ~ 22日(金) かみいち食べきるそう運動</p>				
<p>18</p> <p>◆豆の中華サラダ 揚げシューマイ (2個)</p> <p>えびと豆腐の うま煮</p>	<p>19</p> <p>◆すみそ和え さんまの梅煮</p> <p>親子煮</p>	<p>20</p> <p>はりはり漬け 鶏肉とレバーの ケチャップがらめ</p> <p>◆きのこの 春雨スープ</p>	<p>21</p> <p>昆布和え ◆あじの照り焼き</p> <p>鶏ごま 五目汁</p>	<p>22</p> <p>ビビンバ 焼肉・ナムル・錦糸卵</p> <p>バナナ</p> <p>◆わかめ スープ</p>
<p>25</p> <p>コーン和え ししゃもの唐揚げ (3尾)</p> <p>炒り豆腐</p>	<p>26</p> <p>アイアンサラダ スタミナ丼の具</p> <p>チーズ</p> <p>具をのせて 食べる</p> <p>スタミナ にらたま汁</p> <p>スタミナ丼</p>	<p>27</p> <p>レモンびたし にしんの照り焼き</p> <p>豚肉と大根の うま煮</p>	<p>28</p> <p>ゆかり和え 虹色エッグ</p> <p>高野豆腐の みそ汁</p> <p><b>こんにゃくの日献立</b></p>	<p>29</p> <p>こんにゃくサラダ さばのカレー揚げ</p> <p>豚汁</p>

※かみいち食べきるそう運動は◆マークの献立を食べきるようにしましょう！