

# 5月のこんだて

7日・21日（火）

さばの煮つけ  
キャベツのごまあえ  
さつま芋のみそ汁  
439kcal



お茶  
赤飯おにぎり（7日）  
牛乳  
バナナクッキー（21日）

8日・22日（水）

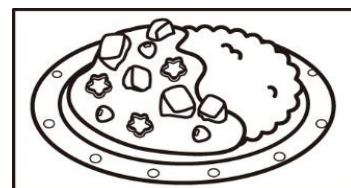
たけのこの肉そぼろ丼  
浅漬け  
ニラ豆腐のスープ  
390kcal



牛乳  
お菓子

9日・23日（木）

チキンカレー  
フルーツヨーグルト  
468kcal



牛乳  
お菓子

10日・24日（金）

タラのみそマヨ焼き  
じゃが芋のごま酢あえ  
だぶ汁  
407kcal



牛乳  
こいのぼりパイ（10日）  
お茶  
いちごプリン風（24日）

13日・27日（月）

豚肉の梅しょうが焼き  
きゅうりの酢の物  
かぼちゃのみそ汁  
393kcal



牛乳  
お菓子

14日・28日（火）

鮭のちゃんちゃん焼き  
ほうれん草のきのこあえ  
豆腐のすまし汁  
332kcal



お茶  
黒ごまわらび餅（14日）  
牛乳  
若草蒸しパン（28日）

15日・29日（水）

牛肉とたけのこの炒め物  
干草あえ  
じゃが芋の白みそ汁  
380kcal



牛乳  
お菓子

16日・30日（木）

さわらの玉ねぎソース  
かぼちゃのナムル  
さやえんどうのみそ汁  
379kcal



牛乳  
お菓子

17日（金）

松風焼き  
大根の甘酢あえ  
小松菜のすまし汁  
408kcal



牛乳  
クレープ

20日（月）

鶏肉の赤みそ焼き  
わかめの中華サラダ  
チンゲン菜のスープ  
390kcal



牛乳  
お菓子

31日（金）

完全給食  
えんどう豆のじゃこごはん  
コロッケ  
ミモザサラダ  
コンソメスープ  
フルーツ  
520kcal



お茶  
ゼリー



17日（金）ぱんだ組  
24日（金）きりん組  
28日（火）うさぎ組  
給食参観です

31日（金）完全給食です  
白飯は、いりません



# 献立表

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
7 ・ 21 (火)	白飯 さばの煮つけ キャベツのごまあえ さつま芋のみそ汁	米、さつまいも 砂糖	さば、豚肉 みそ、ごま わかめ	キャベツ だいこん にんじん しょうが	お茶・赤飯 おにぎり（7日） 牛乳 バナナクッキー （21日）
8 ・ 22 (水)	たけのこの肉そぼろ丼 浅漬け 二郎豆腐のスープ	米、砂糖、油	豚ひき肉 絹ごし豆腐	たまねぎ、キャベツ たけのこ、きゅうり さやえんどう、ねぎ にんじん、にら 干しいたけ しょうが	牛乳 お菓子
9 ・ 23 (木)	白飯 チキンカレー フルーツヨーグルト	じゃがいも、米 砂糖、油	ヨーグルト 鶏肉、豆乳	たまねぎ、にんじん みかん缶、バナナ パイン缶、もも缶 にんにく、しょうが グリーンピース	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (金)	白飯 タラのみそマヨ焼き じゃが芋のごま酢あえ だぶ汁	米、じゃがいも さといも、ごま油 マヨネーズ 油、砂糖	たら、厚揚げ 鶏肉、みそ ごま	きゅうり、たまねぎ れんこん、ごぼう そらまめ、にんじん ねぎ	牛乳 こいのぼりパイ （10日） お茶 いちごプリン風 （24日）
13 ・ 27 (月)	白飯 豚肉の梅しょうが焼き きゅうりの酢の物 かぼちゃのみそ汁	米、砂糖 油、ふ	豚肉、みそ わかめ	たまねぎ、きゅうり かぼちゃ、えのきたけ にんじん、ピーマン うめ干し、ねぎ しょうが	牛乳 お菓子
14 ・ 28 (火)	白飯 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草の きのこあえ 豆腐のすまし汁	米、砂糖	さけ、絹ごし豆腐 みそ、わかめ かつお節	こまつな、えのきたけ キャベツ、レモン ほうれんそう しめじ、たまねぎ にんじん、ねぎ	お茶 黒ごまわらび餅 （14日） 牛乳 若草蒸しパン （28日）
15 ・ 29 (水)	白飯 牛肉とたけのこの 炒め物 干草あえ じゃが芋の白みそ汁	米、油、砂糖 じゃがいも	牛肉 白みそ、ハム 油揚げ	たまねぎ、しょうが たけのこ、もやし こまつな、にんじん しめじ、しいたけ えのきたけ、ねぎ ほうれんそう いんげん	牛乳 お菓子
16 ・ 30 (木)	白飯 さわらの玉ねぎソース かぼちゃのナムル さやえんどうのみそ汁	米、油、小麦粉 砂糖、ごま油	さわら、油揚げ みそ、ごま	もやし、そらまめ さやえんどう たまねぎ かぼちゃ にんじん	牛乳 お菓子
17 (金)	白飯 松風焼き 大根の甘酢あえ 小松菜のすまし汁	米、砂糖 パン粉、ごま油 油	鶏ひき肉、豆乳 木綿豆腐、みそ ごま、あおのり	だいこん、こまつな たまねぎ、にんじん えのきたけ、ねぎ しょうが	牛乳 クレープ
20 (月)	白飯 鶏肉の赤みそ焼き わかめの中華サラダ チンゲン菜のスープ	米、砂糖、ごま油	鶏肉、ハム ごま、赤みそ わかめ	チンゲンサイ もやし きゅうり たまねぎ しめじ	牛乳 お菓子
31 (金)	<b>完全給食</b> えんどう豆の じゃこごはん コロケ ミモザサラダ コンソメスープ フルーツ	じゃがいも、米 パン粉、小麦粉 油、ごま油	ハム、しらす干し えんどう 合びき肉 わかめ	もも缶、たまねぎ キャベツ みかん缶 にんじん きゅうり コーン	お茶 ゼリー

- ❀ 10日・24日の「だぶ汁」は、根菜と厚揚げを入れた佐賀県の郷土汁です。  
汁がだぶだぶとしている事から名前がつきました。
- ❀ 15日・29日の「干草あえ」は、いろいろな食材を混ぜて和えたもの。  
「干草」は「たくさん」の意味があります。
- ❀ 17日の「松風焼き」は、表面にごまと青のりを散らして焼いた鶏ひき肉料理です。
- ❀ 31日の「ミモザサラダ」は、コーンをミモザの黄色い小花に見立てたサラダです。