

		乳児おやつ	昼食献立	おやつ
17	水	牛乳	ごはん なすと豚肉の生姜焼き(豚肉 玉ねぎ なす しょうが) ブロッコリーごまあえ(ブロッコリー 人参 にんにく ごま) みそ汁(小松菜 長ねぎ 人参 えのき 豆腐 油揚げ)	じゃこチップス 牛乳 フルーツ
18	木	牛乳	たけのこごはん(米 たけのこ) かじきのたらこマヨネーズ焼き(かじき たらこ マヨネーズ) ★がらがらどんのサラダ(ちんげん菜 きゃべつ 黄パプリカ ツナ) みそ汁(もやし 人参 まいたけ 豆腐 油揚げ)	りんごとチーズのカップケーキ 牛乳 フルーツ
19	金	牛乳	肉うどん(茹でめん 豚肉 長ねぎ 大根 しいたけ) コロコロサラダ(ブロッコリー カリフラワー きゅうり 人参 コーン) やかちゃんチーズ(チーズ)	豆腐バナナドーナツ 牛乳 フルーツ
20	土	牛乳	ドライカレー(米 ひき肉 玉ねぎ グリンピース) グリーンサラダ(ブロッコリー きゃべつ もやし きゅうり コーン ツナ) えのきのスープ(えのき 長ねぎ 大根 たまご 豆腐)	きなこラスク 牛乳 フルーツ
22	月	牛乳	ごはん 揚げ魚のネギソースがけ(赤魚 長ねぎ) 粉ふきいも(じゃがいも) みそ汁(なす 人参 玉ねぎ 大根 ごぼう 豆腐油揚げ)	オートミールクッキー チーズ 牛乳 フルーツ
23	火	牛乳	ごはん たけのこ入りつくね焼き(ひき肉 長ねぎ たけのこ) 人参ナムル(人参 もやし えのき) みそ汁(玉ねぎ わかめ 豆腐 油揚げ)	おからカステラ 牛乳 フルーツ
24	水	牛乳	食パン ムニエル(鮭 小麦粉) 大根とほたてのサラダ(大根 きゃべつ きゅうり ハム ほたて水煮) コーンシチュー(人参 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー しめじ ひき肉)	しらすおにぎり 牛乳 フルーツ
25	木	牛乳	★そら豆ごはん(米 そら豆) とりの唐揚げのり風味(とり肉 のり) 茹でやさい(きゃべつ もやし) 豚汁(人参 長ねぎ 大根 ごぼう じゃがいも 厚揚げ)	ナポリタン 牛乳 フルーツ
26	金	牛乳	ごまみそうどん(茹でめん 人参 長ねぎ 大根 ほうれん草 なた ひと肉) さつまいもサラダ(さつまいも きゅうり コーン ハム りんご) やかちゃんチーズ(チーズ)	とりごぼうおにぎり 牛乳 フルーツ
27	土	牛乳	チキンカレー(とり肉 人参 玉ねぎ じゃがいも) ツナサラダ(ツナ きゃべつ もやし きゅうり ブロッコリー) ちんげん菜のスープ(ちんげん菜 大根 えのき 豆腐 たまご)	チーズトースト 牛乳 フルーツ
29	月	牛乳	人参ごはん(米 人参) 肉だんごの甘辛煮(ひき肉 玉ねぎ) ごまあえ(もやし ほうれん草 ごま) みそ汁(かぼちゃ 大根 ごぼう 長ねぎ えのき 豆腐 油揚げ)	ヨーグルト パン 麦茶 フルーツ
30	火	牛乳	ごはん タンドリーチキン(とり肉 カレー粉 ヨーグルト) 春雨サラダ(春雨 きゃべつ きゅうり 人参 焼豚 たまご) みそ汁(もやし にら まいたけ 豆腐 油揚げ)	スコーン 牛乳 フルーツ
31	水	牛乳	食パン 鮭のマヨコーン焼き(鮭 コーン パセリ マヨネーズ) 肉じゃが(人参 玉ねぎ じゃがいも しらたき 豚肉) わかめスープ(もやし たけのこ わかめ)	★おにぎりにんじあの 焼きおにぎり 牛乳 フルーツ

ソラマメおいしいね

これから初夏に向けて出回る旬のソラマメ。さやむきのお手伝いをしてもらう予定です。少くせはありますが、亜鉛とビタミンB2に富んだ5月の味覚です。

★ 印 絵 本 給 食 の 日

8日 ひみつのカレーライス
18日 三びきのやぎのがらがらどん
25日 そら豆くんのベット
31日 おにぎりにんじゃ