



# 5月のこんだて

木々の緑が美しい5月。少し体を動かすと汗ばむようになりました。給食にも春の食材がたっぷり！今月も、元気いっぱい体を動かして、楽しく過ごしましょう。



日	しゅしょく	てんかぶつ	しゅさい	ふくさい	おしる	デザート
1 水	ミルクパン		あざりとトマトの スパゲティ	げんきになるサラダ		
2 木	たけのこごはん		さけのしおやき	おかかあえ	けんちんじる	スイートポテト
7 火	ナン		キーマカレー	じゃがいもの チーズやき	ツナサラダ	いちご
8 水	むぎごはん		チーズいりハンバーグ	パセリポテト	やさいスープ	
9 木	ごはん		しろみざかなの たつたあげ	うめこんぶあえ	じゃがいものみそしる	とうにゅうプリン
10 金	むぎごはん	ふりかけ	えびとあつあげの ちゅうかに	アスパラサラダ		あまなつ
13 月	ぜんりゅうふんパン	いちご マーガリン	さぬきサーモンの ピザやき	じゃこサラダ	じゃがいもと わかめのスープ	
14 火	こだいまいいりごはん		さけのフライ	ゆかりあえ	かがわじるし スープ	みかんクレープ
15 水	こめこパン		ビーフシチュー	ひじきとツナの サラダ		ぶどうゼリー
16 木	えんどうごはん		さわらのゆずみそかけ	アスパラのごまあえ	ひじきのいりに	
17 金	むぎごはん		とりにくの レモンソース	きりほしだいこんと あおなごますあえ	ふしめんじる	いちご
20 月	こめこパン		さけの ケチャップがらめ	パセリポテト	ぐだくさん コーンスープ	
21 火	おやこどんぶり			アスパラの ごまネーズサラダ		かわちぼんかん
22 水	むぎごはん		まーぼー豆腐	ちゅうかサラダ		プリン
23 木	ごはん		てづくりがんも	こんぶあえ	たまねぎの みそしる	
24 金	わかめごはん		すすきのしおやき	やさいのゆずかあえ	なめこのみそしる	レモンマフィン
27 月	コッペパン		ポークビーンズ	はるやさいのサラダ		アイスパン
28 火	むぎごはん		えびたまのあんかけ	アスパラのしおゆで	キャベツスープ	ヨーグルト
29 水	ぶたキムチどんぶり			はるさめサラダ		
30 木	ごもくうどん		しろみざかなの からあげ	キャベツの ごまあえ		とうにゅうプリン タルト
31 金	チキンカレー			じゃこサラダ		メロン

※毎食、牛乳がつきます。  
※色つき枠は保育所のみ



中央保育所

