



5月のこんだて

新緑が美しい、過ごしやすい季節になりました。
おともだちもたくさんできたことでしょう。
体をたくさん動かして、給食もたくさん食べましょう！



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 木	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	みかんゼリー
2 金	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 水	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 木	ごはん		しろみさかなの たつたあげ	うめこんぶあえ	たまねぎの みそしる	
9 金	ごもくおこわ		さわらのしおやき	はるやさいのあえもの	じゃがいものみそしる	あおりんごゼリー
12 月	コッペパン		オリーブサーモンの ピザやき	じゃこサラダ	じゃがいもと わかめのスープ	
13 火	こだいまいいり ごはん		すすきのたつたあげ	ゆかりあえ	かがわじるしスープ	あまなつ
14 水	ミルクパン		あさりとトマトの スパゲティ	げんきになるサラダ		プリン
15 木	えんどうごはん		とりにくのからあげ	アスパラのごまあえ	ふしめんじる	
16 金	ごはん		てづくりがんも	こんぶあえ	オリーブとんの とんじる	ヨーグルト
19 月	こめこパン		さけのケチャップ がらめ	アスパラの しおゆで	ぐだくさん コーンスープ	
20 火	ごはん		とりにくのみそやき	キャベツの そくせきづけ	けんちんじる	とうにゅうプリン
21 水	ぶたキムチどんぶり			はるさめサラダ		かわちばんかん
22 木	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		みかんクレープ
23 金	ゆかりごはん		とうふナゲット	かいそうサラダ	なめこじる	
26 月	コッペパン		ボークビーンズ	アスパラの じゃこサラダ		
27 火	ごはん		てづくりハンバーグ	パセリポテト	やさいスープ	
28 水	おやこどんぶり			アスパラの ごまネーズサラダ		
29 木	わかめごはん		さわらの ゆずみそかけ	キャベツのごまあえ	ひじきのいりに	
30 金	チキンカレー			じゃこサラダ		アイスパイン

※毎食、牛乳がつきます。
※色つき枠は保育所のみ



中 央 保 育 所

