



曜日	日にち	献立名	3時のおやつ	もも～さくら追加
月	12 26	ごはん ジャガ芋のうま煮 おくらの和えもの 青菜のみそ汁	牛乳 マカロニのあべかわ	牛乳 せんべい
火	13 30	ごはん かぼちゃと魚のコーン揚げ トマトのさっぱり和え 豆腐のすまし汁	飲むヨーグルト カステラ	牛乳 果物（バナナ）
水	14 28	シーフードカレーライス スパゲッティサラダ 果物（オレンジ）	牛乳 ジャムサンド	ヨーグルト
木	1 15	ごはん 鶏肉の照り煮 添）レタス ナムル風和え物 中華スープ	ミルク 果物（メロン） 菓子（あられ）	牛乳 チーズ
金	2 16	ごはん 魚のカレームニエル 添え野菜（レタス、きゅうり、トマト） かきたま汁	お茶 冷やしそうめん	ヨーグルト
土	3 17	大和煮 もやしのみそ汁 果物（ オレンジ ）	牛乳 果物（バナナ）	牛乳 ごはん
月	5 19	ごはん 豚肉ときゃべつの炒め物 レバーの甘辛煮 わかめのみそ汁	牛乳 ゆでとうもろこし（クッキング～皮むき）	牛乳 コーンフレーク
火	6 20	ごはん すり身だんごのケチャップ煮 きゅうりのレモン風味和え 玉ねぎのみそ汁	ミルク チーズ クラッカー	ヨーグルト
水	7 21	ごはん 魚の西京焼き 添）トマト 三色和え きのこのすまし汁	牛乳 たご焼き風	牛乳 果物（バナナ）
木	8 22	ごはん チキンカツ にんじんの甘煮 野菜サラダ 豆乳スープ	ミルク 果物（オレンジ） 菓子（黒棒）	ヨーグルト
金	9 23	ごはん ポークビーンズ ウインナー ごま風味のサラダ	牛乳 アップルゼリー えびせん	ヨーグルト
土	10 24	きのこスパゲティ フルーツヨーグルト	お茶 おにぎり	パン 牛乳
29(水)	誕生会	おにぎり（のりまき）ポテト 春雨サラダ 鶏肉の香り炒め わかめスープ ミニゼリー	牛乳 プリンアラモード	ヨーグルト
27(火)	べんとうの日	★愛情弁当をお願いします★	牛乳	ヨーグルト



5/30(火) 誕生会メニュー こいのぼりピラフ（さくら）

**今月のメニュー**

かぼちゃと魚のコーン揚げ・トマトのさっぱり和え  
おくらの和えもの  
＜調理のワンポイント＞  
「かぼちゃと魚のコーン揚げ」を作ろう！  
①魚の切り身は一口大に切って、塩と酒をふりかけておく。  
②かぼちゃは食べやすい大きさに切る。  
③クリームコーン、卵、小麦粉、しょうゆ、塩少々を混ぜ合わせた衣を作り、魚とかぼちゃをさっくり混ぜる  
④中温位に熱した油に、まとめながら入れ、揚げる。