

令和 4 年 5 月

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
野菜クッパ 切干マヨサラダ じゃがいもとツナの煮物 フルーツ				中華おこわ コーンフレークチキン アスパラのごま和え 麩とわかめの味噌汁 フルーツ
チーズスコーン 牛乳				こいのぼりクッキー 牛乳
				
9	10	11	12	13
ドライカレー 厚揚げの旨煮 コールスローサラダ フルーツ	ご飯 鯖の木の芽マヨ焼き 青菜とキャベツの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ			パン 塩焼きそば かぼちゃの煮物 じゃこきゅうり フルーツ
麩の青のりスナック 牛乳	チヂミ 牛乳			アスパラと揚げのおにぎり お茶
				
16	17	18	19	20
マーボー豆腐丼 じゃがいもの煮物 ナムル フルーツ	ご飯 さばのネギソース焼き 青菜のごま酢和え なめこ汁 フルーツ	きのこピラフ 白身魚の唐揚げレモンソース きゅうりの昆布和え 野菜スープ フルーツ	ご飯 手羽元のスペアリブ風 切干とひじきの煮物 ほうれん草のふわふわ汁 フルーツ	パン ピザバーグ アスパラの明太マヨサラダ きのこの豆乳汁 フルーツ
ごまのクッキー 牛乳	チーズトースト 牛乳	ココアプリンパフェ 牛乳	ツナパン 牛乳	黒米梅おにぎり お茶
				
23	24	25	26	27
ハヤシライス キャベツのツナ昆布和え ベイクドかぼちゃ フルーツ	ご飯 鮭のコーンマヨ焼き 青菜のひじき和え どさんこ汁 フルーツ	パン ペンネミート ブロッコリーのカレーマヨサラダ コンソメスープ フルーツ	ご飯 松風焼き きゅうりとトマトの酢の物 中華スープ フルーツ	弁当の日
豆乳くずもち 飲むヨーグルト	お豆腐マフィン 牛乳	茶飯おにぎり お茶	ポテトもち 牛乳	メロンパン 牛乳
				
30	31			
シャキシャキそぼろ牛丼 カレイのパン粉焼き キャベツのゆかり和え にらの味噌汁 フルーツ	ご飯 鯖の梅漬け焼き スパゲティーサラダ きのこのすまし汁 フルーツ			
ほうれん草とチーズ蒸しパン 牛乳	ピザトースト 牛乳			
				