

# 令和3年 5月 献立表

月	火	水	木	金	土
					1 いりこ ごはん 鶏肉のしょうゆ焼き 切干大根の煮物 人参グラッセ みそ汁 (豆腐・わかめ) 野菜ジュース お菓子
3	4	5	6 <子どもの日メニュー> いりこ ごはん 鯖ハンバーグ ポテトサラダ ウインナーと野菜のスープ ヤクルト ホットケーキ オレンジ (バレンシア)	7 いりこ ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き 春雨サラダ みそ汁 (小松菜・しめじ) 牛乳 お菓子 バナナ	8 いりこ おむすび きつねうどん 野菜ジュース お菓子
10 いりこ ごはん 鮭の塩焼き 根菜の炒り煮 みそ汁 (にんじん・ほうれん草) 牛乳 じゃがいももち キウイフルーツ	11 いりこ ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜のゆず香和え すまし汁 (えのき・わかめ) 牛乳 ココア蒸しパン りんご	12 いりこ ごはん すき焼き風煮 白和え みそ汁 (もやし・あげ) 豆乳 餃子の皮ピザ オレンジ (バレンシア)	13 いりこ ごはん 鶏肉のバターしょうゆ焼き キャベツのサラダ 中華風コンソープ 牛乳 お菓子 バナナ	14 いりこ 中華丼 きゅうりの中華和え わかめスープ 牛乳 ふかし芋 キウイフルーツ	15 いりこ カレーライス マカロニサラダ コンソメスープ 野菜ジュース お菓子
17 いりこ ごはん さわらの付け焼き 炒り豆腐 味噌汁 (なめこ・三つ葉) 牛乳 黒糖蒸しパン りんご	18 いりこ ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め マカロニサラダ キャベツスープ 牛乳 スイートポテト キウイフルーツ	19 いりこ ごはん 鮭の塩焼き 麻婆豆腐 みそ汁 (カボチャ・しめじ) りんごジュース にらチヂミ	20 いりこ ごはん 大根と厚揚げの煮物 ほうれん草とえのきのお浸し みそ汁 (麩・わかめ) 牛乳 きなこドーナツ オレンジ (バレンシア)	21 いりこ ピピンバ もやしのサラダ 豆腐のスープ 牛乳 北海道ミルクパン りんご	22 いりこ ロールパン スパゲッティーナポリタン オニオンスープ 野菜ジュース お菓子
24 いりこ ごはん 魚の煮付け じゃが芋とコーンのソテー みそ汁 (白菜・人参) 野菜ジュース お好み焼き オレンジ (バレンシア)	25 いりこ 納豆ご飯 ちくわの磯部揚げ きのこ汁 牛乳 カルピス蒸しパン りんご	26 いりこ ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 青梗菜とハムのソテー みそ汁 (キャベツ・豆腐) 牛乳 カスタードロール オレンジ (バレンシア)	27 いりこ ロールパン 豚肉と野菜のスープ煮 南瓜のオープン焼き きゅうりとコーンのサラダ 牛乳 焼きおにぎり キウイフルーツ	28 いりこ ハヤシライス 大根サラダ レタススープ 牛乳 お菓子 バナナ	29 いりこ チキンピカタ 白菜とミンチの中華炒め キャベツのサラダ みそ汁 (麩・わかめ) 野菜ジュース お菓子
31 いりこ ごはん 鯖の塩焼き さつまいもの煮物 五目汁 野菜ジュース フルーツヨーグルト					