



5月予定献立表

日	曜日	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
				熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
2	月	鯉のぼりライス(キピナゴ付き) 野菜サラダ 吹流し汁 フルーツ	ミルク 鯉のぼりクッキー			
6	金	あわご飯 ひじき入り卵豆腐 野菜炒め 清し汁 フルーツ	ミルク フルーツバスケット			
7	土	親子丼 ミルク フルーツ				
9	月	あわご飯 千草焼き ひじき炒め煮 みそ汁 フルーツ	ミルク 大学芋			
10	火	あわご飯 八宝菜 チーズ餃子 コンスープ フルーツ	ミルク バナナケーキ			
11	水	あわご飯 おからハンバーグ レパニラ炒め みそ汁 フルーツ	ミルク ジャムサンド			
12	木	弁 当 会				
13	金	茸スパゲティ ブロッコリーのミモザサラダ 冬瓜のスープ フルーツ	ミルク 鮭にぎり			
14	土	パンパキンサンド ミルク フルーツ				
16	月	あわご飯 豚しゃぶ 茄子のみそ煮 清し汁 フルーツ	ミロミルク ペイコポテト			
17	火	あわご飯 鯖の竜田揚げ 切り干しサラダ みそ汁 フルーツ	ミルク サーターアングギー			
18	水	冷やし中華 鶏もも唐揚げ フルーツ	ミルク ひじきにぎり 和え物			
19	木	沖縄そば ゴーヤーの白和え フルーツ	ミルク ジュシーおにぎり			
20	金	鯉のぼりカレー ヨーグルトサラダ スープ	ミルク きなこ団子			
21	土	園 外 保 育				
23	月	あわご飯 ゴーヤーチャンプルー みそ汁 スヌイ フルーツ	アイスクリーム ウエハース フルーツ			
24	火	あわご飯 沖縄風煮付け ウサチ小 みそ汁 フルーツ	ミルク ヨーグルトパイ			
25	水	あわご飯 カレイ唐揚げ きんぴらごぼう みそ汁 フルーツ	コーンフレークインミルク フルーツ			
26	木	ライス エビフライタルタルソース 和え物 皮付きポテト もずくスープ フルーツ	ミルク パースデーケーキ			
27	金	あわご飯 ゴーヤーの肉巻き レバーサラダ みそ汁 フルーツ	ミルク 焼き芋			
28	土	ピザトースト ミルク フルーツ				
30	月	あわご飯 豚肉の生姜焼き ウカライチー みそ汁 フルーツ	ミルク アガラサー			
31	火	パン ツナグラタン風 ごぼうサラダ 野菜スープ フルーツ	ミルク おにぎり			

元気におよげ 鯉のぼり

5月の真っ青な空に 鯉のぼりが元気よくおよいでいます。 鯉は ザーザー 流れ落ちる滝を登って 竜になると思われていた魚です。 みなさんが 鯉のように元気に育ってほしいと、鯉のぼりをたてるようになったのだそうです。

好き嫌いせず何でも食べて、弱い人には やさしく、悪いことには 勇気を持って立ち向かっていける子になって下さい。