

令和3年 5月献立表

ミルクたんぽぽ園

月	火	水	木	金	土
					1日 いわしのトマト Pasta サラダ 果物 <hr/> 牛乳 おにぎり
3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 こどもの日 	6日 端午の節句献立 えびとコーンの蒸し団子 鶏汁 たまごそぼろご飯 果物 牛乳 ジャムサンド	7日 八十八夜献立 魚の天ぷら 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 ほうじ茶プリン	8日 焼飯 エビチリ風 スープ 果物 牛乳 蒸しパン
10日 鮭の塩焼き きんぴら 若草汁 ご飯 牛乳 きなこパン	11日 松風焼き風 小松菜とがんもの含め煮 すまし汁 麦ご飯 牛乳 牛蒡パン	12日 にじ組遠足 塩レモン焼きそば 味噌汁 おにぎり 果物 牛乳 五平餅	13日 ピーマンと高野豆腐の餃子 春雨サラダ 味噌汁 ご飯 牛乳 アップルパイ風	14日 ツナじゃが 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツゼリー	15日 雷豆腐 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 ゼリー
17日 煮魚 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 フレンチトースト	18日 豆腐ステーキ たらこ人参の炒め物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 コロコロポテト	19日 チキンのトマト煮込み サラダ スープ パン 牛乳 マフィン	20日 けんちん煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 じゃがいもピザ	21日 えびしんじょうのあんかけ 和え物 沢煮椀 ご飯 牛乳 さつまいものごま団子	22日 サラダ丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 もちもちチーズパン
24日 ミートドリア サラダ スープ 果物 牛乳 錦玉かん	25日 ししゃも南蛮 じゃがいもの炒め物 味噌汁 ご飯 牛乳 ごぼうのパリパリチップス	26日 ハンバーグ サラダ スープ パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	27日 もやしチャンプルー 酢の物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 鯖缶サンド	28日 だし献立 煮物 おかか和え すまし汁 あさりの炊き込みご飯 牛乳 お茶漬	29日 木の葉丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 チーズ
31日 切干大根のチヂミ 中華サラダ スープ ご飯 果物 牛乳 フルーツヨーグルト	<p>※都合によりメニューが変更になる場合があります。</p> <p>八十八夜⇒ 5月2日は立春から数えて八十八日目。初春から夏に移る節目のことで、この日から夏の準備を始める。 八十八夜に摘まれた新茶は栄養価が高いとされ、古くから縁起物として珍重された。</p> <p>端午の節句⇒ 5月5日は男の子の節句。五月は悪月、物忌みの月とされ、その邪気を祓うために菖蒲に浸した酒を飲んだり、ちまきを食べたりした。</p> <p>5月旬の食材⇒ キャベツ、ごぼう、筍、さやえんどう、そら豆、にんにく、レタス、苺、なつみかん、あじ、カツオ</p>				



