

令和2年 5月献立表

月		火		水		木		金		土	
								1日	八十八夜献立 天ぷら 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 ういろう風	2日	中華丼 スープ 果物 牛乳 油あげのピザ
4日	みどりの日	5日	子どもの日 	6日	振替休日	7日	端午の節句献立 キーマカレー サラダ 果物 牛乳 パン	8日	ツナじゃが 酢の物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 ご飯ドーナツ	9日	豆腐のお好み焼き 和え物 味噌汁 おにぎり 牛乳 果物
11日	白身魚の胡麻味噌焼き がんものなめこおろしあんかけ 味噌汁 豆ごはん 牛乳 黒ゴマクッキー	12日	豚の冷しゃぶ キャベツと鮭伍の甘辛煮 味噌汁 ご飯 牛乳 キウイ羊羹	13日	高野豆腐のから揚げ 新じゃがとアスパラの炒め物 味噌汁 ご飯 牛乳 さつまいもケーキ	14日	かつおの竜田揚げ 和風スパサラ 味噌汁 ご飯 牛乳 芋羊羹	15日	炒り豆腐 青菜炒め すまし汁 ゆかりご飯 牛乳 バナナきな粉	16日	天津飯 スープ 果物 牛乳 キウイ大福
18日	餃子 えびとブロッコリーの塩豆腐 スープ ご飯 牛乳 おからビスコッティ	19日	野菜炒め 磯辺揚げ 味噌汁 麦ご飯 牛乳 蒸しパン	20日	ナゲット サラダ キャベツとあさりのミルクスープ パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	21日	揚げ出し豆腐のあんかけ 切干大根の煮物 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	22日	鯖の塩焼き 旬野菜のあげびたし すまし汁 ご飯 牛乳 りんごパン	23日	ピロシキ風 サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
25日	あじの南蛮漬け 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 お好み焼き風せんべい	26日	チキンのトマト煮込み サラダ スープ パン 牛乳 おにぎり	27日	筑前煮 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 油あげラスク	28日	いわしのかば焼き丼 和え物 すまし汁 果物 (にじ組さんお弁当日) 牛乳 さつまいもクッキー	29日	チャプチェ風 棒棒鶏 スープ ご飯 牛乳 高野豆腐でブリッツ	30日	焼きそば おにぎり 味噌汁 牛乳 果物

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

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。

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。

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

