





盛付表





5月のもくひょう
食事のマナーを身につけよう

盛り付け例

副菜 主菜
主食 汁物

1 (水)

五目ごはんの具 白身魚の米粉狭山茶フライ
ごはん 若竹汁

2 (木)

フルーツ寒天 揚げぎょうざ 2個
中華麺 和風みそラーメン

3 (金)

憲法記念日








6 (月)

振替休日



きなこ揚げパン 二中

7 (火)





甘夏みかん とり肉のカレー焼き ショア
フラワーロール 彩り野菜の米粉ポタージュ

8 (水)





こんにゃくの炒り煮 あじの一夜干し
ごはん 新じゃがいものみそ汁

9 (木)

青菜のごま和え とり肉の天ぷら
地粉うどん しっぽくうどん

10 (金)






ごぼうのから揚げ ぶた肉野菜のオイスターソース炒め
ごはん わかめスープ

13 (月)


		
		





切り干し大根のピリ辛炒め せんざんき 牛乳
ごはん いもたき

14 (火)

ポイルキャベツ (セルフサンド) カレーフルスト (セルフサンド) 牛乳
コッパンスライス ポテトスープ

15 (水) 

中華そば丼の具 こまいフライ
ごはん キャベツの中華スープ

16 (木)





冷凍みかん ケバブチキン
クロワッサン なすとトマトのスパゲッティ

17 (金)




いかと茎わかめの炒め物 さわらの西京焼き
ごはん とりごぼう汁

20 (月)


甘夏みかん 焼きウィンナー 2本 牛乳
ごはん ひき肉カレー

21 (火)


		
		





ひよこ豆とチーズのトマト煮 ハンバーグのオニオンソースがけ 牛乳
子どもパンスライス 千切り野菜のスープ

22 (水)

冷凍パイ マーボー豆腐
ごはん 春雨スープ

23 (木) 

野菜の塩こんぶ和え まぐろカツ
地粉うどん きつね汁

24 (金)




きんぴらごぼう とり肉のさっぱり煮
ごはん 僧兵汁

27 (月)


とり肉とひじきの炒り煮 さばのみそ煮 牛乳
ごはん 大根のすまし汁

28 (火)

枝豆とコーンのサラダ スパイシーチキン 牛乳
ツイストパン 米粉マカロニのスープ

29 (水)

冷凍みかん 厚揚げとぶた肉のみそ炒め
ごはん コーン入り卵スープ

30 (木)

フルーツ杏仁 いかのカレーマヨネーズ焼き
中華麺 担々麺

31 (金)

ぐる煮 かつおのたたき風から揚げ
ごはん なめこのみそ汁

☆食缶やおかず入れは、熱いので中身が出ないように気をつけて運びましょう。(やけどに注意)