

令和5年 5月献立表

ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土	
1日	焼き豚 和え物 すまし汁 ご飯 果物 牛乳 ツナと塩昆布の一口餃子	2日	八十八夜献立 いわしの天ぷら 含め煮 すまし汁 ご飯 牛乳 お茶シフォン	3日	憲法記念日	4日	みどりの日	5日	こどもの日	6日	ハヤシライス サラダ 果物 牛乳 ふかし芋
8日	オムライス ポテトサラダ スープ 果物 牛乳 練り切り	9日	切干大根のチャプチェ風 ナムル スープ ご飯 牛乳 バナナケーキ	10日	鯖の炒り豆腐 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 ゼリー	11日	じゃがいもと鶏肉の甘辛煮 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 丸ピザ	12日	蒸し鶏 焼き野菜 味噌汁 ご飯 牛乳 りんごと豆腐のドーナツ	13日	カレーパン サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
15日	あじの南蛮漬け きんぴら 味噌汁 麦ご飯 果物 牛乳 おにぎり	16日	けんちん煮 ごま酢和え 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	17日	鯉の角煮 和え物 味噌汁 筍ご飯 果物 牛乳 あんぱんだ	18日	チキンカツ サラダ スープ パン 牛乳 カップケーキ	19日	いわしと切干大根のつくね 卵の花 すまし汁 ご飯 果物 牛乳 パッコンおにぎり	20日	鮭寿司 茶碗蒸し 果物 牛乳 ラスク
22日	アクアパッツァ風 サラダ スープ パン 牛乳 ご飯の揚げせんべい	23日	肉じゃが 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 大豆のカレー風味揚げ	24日	ロコモコ丼 スープ 果物 フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	25日	鮭のちゃんちゃん焼き 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 スイートポテト	26日	ピーマンと春雨の炒め物 チョコレギ和え スープ ご飯 牛乳 フルーツ水羊羹	27日	焼きうどん 味噌汁 おにぎり 牛乳 果物
29日	ぎせい豆腐 胡麻酢和え 味噌汁 ご飯 牛乳 クッキー	30日	鶏と大豆の揚げ煮 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 南瓜饅頭	31日	西京焼き 酢の物 すまし汁 ゆかりご飯 牛乳 錦玉かん						

※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

