

月	火	水	木	金
5月11日 5月12日 5月13日 5月14日 5月15日 5月16日 5月17日 5月18日 5月19日 5月20日 5月21日 5月22日 5月23日 5月24日 5月25日 5月26日 5月27日 5月28日 5月29日 5月30日 5月31日 自然の恵みに感謝し、 季節の味をいただきます。	7 カレーピラフ・牛乳 ミンチカツ 海藻サラダ じゃがいものミルク煮	8 手巻きずし・牛乳 (丹波篠山牛のしぐれ煮) (ごまたくあん・手巻きのり) 黒豆みそのみそ汁・お祝いだんご	9 パン・牛乳 たまごチーズサラダ アスパラのスープ煮 清見オレンジ	10 篠山まるごと丼・牛乳 焼きシシャモ 小松菜とキャベツのおひたし ミニトマト
13 ごはん・牛乳 揚げぎょうざ チャプチェ わかめスープ	14 ごはん・牛乳 そぼろ煮 ひじきふりかけ もやしの甘酢和え	15 ごはん・牛乳 ビーフコロッケ 茎わかめの炒め煮 呉汁(ごじる)	16 小パン・牛乳 焼きそば チキンウインナー フルーツヨーグルト	17 赤飯・牛乳 アジの塩焼き 切り干し大根のごま和え 沢煮椀・青いりんごのゼリー
20 ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん わかめのかき揚げ 小松菜のおひたし	21 ごはん・牛乳 マーボー豆腐 バンバンジーサラダ 甘夏みかん	22 えんどうごはん・牛乳 カツオの揚げ照り煮 ほうれん草ともやしのおひたし ゆばのすまし汁	23 小揚げパン・牛乳 とうふの中華煮 はるさめサラダ ミニトマト	24 ごはん・牛乳 とり肉のごまみそ 茎わかめのサラダ えのきのすまし汁
27 ごはん・牛乳 炒り豆腐 イワシのみりん干し ごぼうのごま酢和え	28 ごはん・牛乳 にらじゃが 手作りサケふりかけ とうふのすまし汁	29 ごはん・牛乳 サバの生姜焼き 五目豆煮 えのきのみそ汁	30 パン・牛乳 スティックドック マカロニサラダ レタスのスープ・河内ばんかん	31 ごはん・牛乳 回鍋肉 蒸しエビしゅうまい 中華風コーンスープ

