



2023年 5月もいつけ表



月	火	水	木	金
1 こくとう ピーンズ こまつなの あえもの MILK かける ごはん ぶたどんのぐ <ぶたどん>	2 はちじゅうはちや 八十八夜にちなんだ献立 こんだて さけの りよくちやあげ MILK ごもくに ごはん じゃがいも とたまねまの みそしる	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
8 きせつ りょうり 季節の料理 さわらの きのめみそかけ MILK キャベツともやし の あえもの ごはん とうふの すましじる	9 ちゅうか サラダ MILK わかどりの からあげ ごはん コーンスープ	10 きせつ りょうり 季節の料理 やきししやも 2ひき MILK キャベツと たくあん のあえもの まめ ごはん とんじる	11 かんれん こんだて G7関連献立～イギリス～ <フィッシュ& チップス> MILK ほうきフライ ポテト パン スコッチ フロス	12 せかい りょうり ちゅうごく 世界の料理(中国) チンゲンサイの ちゅうかあえ MILK ごはん すぶた
15 きょうど りょうり おきな わけん 郷土料理(沖縄県) にんじん しりしり MILK ジューシー もずくの みそしる	16 あまなつ かん ひじきいり すのもの MILK かける うどん うどんしる <にくごぼう うどん>	17 いわしの みりんぼし MILK いそに ごはん あつあげの みそしる	18 かんれん こんだて G7関連献立～ドイツ～ ブルーン ミート サンドのぐ MILK パン はさむ アイントプフ <ミートサンド>	19 さけのしお やき MILK じゃがいも の きんぴら ごはん くきわかめの みそしる
22 こまつな と コーンの サラダ MILK ヨーグルト かける ごはん カレールウ <チキンカレー>	23 さばのたつた あげ MILK きりぼし だいこんの あえもの ごはん ならたまじる	24 くきわかめの すのもの MILK げんまいいり ごはん にくじゃが	25 かんれん こんだて G7関連献立～イタリア～ グリーン アスパラガスの サラダ MILK わかどりの マーマレード やき はいがパン ミネストローネ	26 せかい りょうり ちゅうごく 世界の料理(中国) ホイコーロー MILK ひゅうがなつ ごはん ちゅうか スープ
29 わかどりと だいす のあまから MILK きゅうりの すのもの ごはん わかめしる	30 じゃがいも の サラダ MILK かける ソフトめん <スパゲティ ミートソース>	31 ちぐさあえ MILK ぶたにくの しょうがやき みしょうかん ごはん えのきたけの みそしる	今月のもくひょう 正しい食べ方を しよう	