



# 5月のメニュー



日	献立	10時おやつ	3時おやつ
1(月)	豚丼 チーズサラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	麦茶 ジャムパン
2(火)	ごはん 煮魚 切り干し大根の煮物 かきたま汁 果物	チーズ	牛乳 きな粉ラスク
6(土)	親子丼 小松菜の煮びたし 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 せんべい
8(月)	ハヤシライス ポテトサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 味噌パン
9(火)	筍ごはん 玉子焼き ほうれん草のごま和え すまし汁 果物	チーズ	麦茶 うどん
10(水)	ごはん 魚の竜田揚げ りんごのサラダ 豆腐のスープ 果物	ヨーグルト	麦茶 ブドウゼリー
11(木)	食パン 牛肉コロッケ 花野菜サラダ ミネストローネ 果物	ビスケット	麦茶 鮭おにぎり
12(金)	ごはん 豚肉のみそ焼き キャベツの昆布和え 味噌汁 果物	クラッカー	牛乳 シュガーラスク
13(土)	保育 参観 日		
15(月)	二色丼 わかめときゅうりの酢の物 豚汁 果物	クラッカー	麦茶 マカロニ安倍川
16(火)	ごはん 鶏唐揚げ かぼちゃのサラダ 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 サーターアンダギー
17(水)	わかめご飯 チーズはんぺんフライ フルサラダ 中華スープ 果物	ヨーグルト	麦茶 リンゴゼリー
18(木)	ナポリタン ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ 果物	クッキー	麦茶 塩おにぎり
19(金)	チキンカレー 中華サラダ 沢煮椀 果物	クラッカー	牛乳 パンケーキ
20(土)	ごはん 肉じゃが ちくわときゅうりのサラダ 味噌汁 果物	せんべい	麦茶 ビスケット
22(月)	ごはん 煮込みハンバーグ にんじんの甘煮 コンソメスープ 果物	ビスケット	麦茶 そうめん
23(火)	ひじきごはん 春巻き キャベツの昆布和え 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 じゃがもち
24(水)	卵とじうどん ポークシューマイ かぼちゃの甘煮 果物	ヨーグルト	麦茶 おかかおにぎり
25(木)	焼きそば ちくわのきゅうり詰め コンソメスープ 果物	クッキー	麦茶 焼きおにぎり
26(金)	ビビンバ丼 コールスローサラダ 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 小豆入り抹茶蒸しパン
27(土)	ごはん 麻婆豆腐 ほうれん草のおひたし 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 せんべい
29(月)	ごはん 照り焼きチキン マセドアンサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 あんバターサンド
30(火)	ツナサンド ポークシチュー チーズサラダ 果物	チーズ	麦茶 わかめ入りおにぎり
31(金)	ごはん 魚の照り焼き きんぴらごぼう 味噌汁 果物	ヨーグルト	牛乳 シュガートースト

\*10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがあります。\*仕入れの状況や人数の変更により献立が変わる時もあります。

## 食育だより

### 【給食室から】

新緑のまぶしい季節になりました。

ARINKOMURA の園庭の畑では種をまいたり苗を植えたり、にぎやかな様子がみられます。

みんなで大事に育てた「旬の野菜」はきっとおいしいですよ。これからどんな野菜が

どんなふう to 育っていったら食べられる日が楽しみです。給食でも地域の旬の野菜をたくさん取り入れています。



### 新しい調理スタッフ



小学校1年生と4年生のママです。  
給食をおいしくたべていただける  
ように頑張ります。

### 【味噌パン】…5月8日おやつ

甘みが強く、水分が少ないの生地に味噌を練り込んで風味をつけ焼き上げたパンです。

<材料>…8~10個

薄力粉…100g 卵 (Mサイズ) …1個

砂糖…50g 重曹…1g 味噌…20g

<作り方>

- ① 味噌・卵・砂糖をボウルに入れてよく混ぜ合わせます。
- ② 薄力粉と重曹をふるいにかけておきます。
- ③ 混ぜ合わせた①にふるいにかけて粉類を一気に入れます。
- ④ 粉っぽさがなくなるまでさっくりと混ぜ合わせます。
- ⑤ オーブンは170℃で予熱します。
- ⑥ 天板にクッキングシートを敷き、生地を薄く伸ばして20分前後焼きます。

