





A 5月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金
<p>1 子どもの日メニュー</p> <p>ツナとキャベツのソテー こいのぼりハンバーグ</p> <p>かしわもち(ちよくそう) ごはん スープに</p> <p>5月5日は「端午の節句」です。少し早いですが、かしわもちを用意しました。かしわもちのゴミは、食べ残しも外ぶくろもビニールぶくろに入れて、返してください。</p>	<p>2</p> <p>ビーフのちゅうかあえ しろみざかなフライ</p> <p>コッペパン レタスのスープ</p> <p>しろみざかなフライは「ほね」にちゅうい!</p>	<p>はしマークの日は はしを使いましょう。</p> <p>スプーンマークの日に スプーンを配りましょう。</p>	<p>こんだて カレンダーの みかた</p> <p>動画はこちら!</p> 	<p>5</p>  <p>こどもの日</p>
<p>8</p> <p>ぶたにくのしょうがいため おさかなナゲット(2こ)</p> <p>まっちゃんプリン(ちよくそう) ごはん つくねだんごすましじる</p> <p>3年生の音楽の教科書には、「茶つき」という歌がありますね。まっちゃんプリンに入っている緑茶の香りや味を楽しんで食べてください。プリン容器は、重ねて食べ残しと一緒にビニールぶくろにまとめて入れてください。</p>	<p>9</p> <p>ピヨピヨサラダ ローストポーク</p> <p>こめことうにゅうパン ポターージュ</p> <p>ピヨピヨサラダに入っているひよこ豆には、クチバシに似た出っぺりがあり、形がひよこに似ているのでこの名前がつきました。</p>	<p>10</p> <p>ふきととりにくのにも さわらのゆずしょうゆかけ</p> <p>ごはん にくうどんじる</p> <p>さわらのゆずしょうゆかけは「ほね」にちゅうい!</p>	<p>11</p> <p>キャベツのカレーソテー セルフホットドック</p> <p>きりめいりコッペパン ミネストローネ</p> <p>キャベツのカレーソテーとフランクフルトソーセージは、切り目入りコッペパンにはさんでホットドックにして食べてください。</p>	<p>12</p> <p>チョレギサラダ はるまき</p> <p>かんこくのり ごはん トックスープ</p> <p>かんこくのりは、チョレギサラダにかけて食べてください。</p>
<p>15</p> <p>わかめのサラダ パオズ</p> <p>ごはん マーボーあつあげ</p> <p>マーボー厚あげに入っている厚あげは、豆腐を油であげたもので、大豆からできる食べ物のひとつです。</p>	<p>16</p> <p>はるやさいとクイツィオのカレーソテー かぼちゃコロッケ</p> <p>ミルククリーム コッペパン オニオンスープ</p> <p>「はるやさいとクイツィオのカレーソテー」には、香においしいアスパラガスが入っています。米粉で作られたクイツィオを使ってスパゲティのように仕上げました。</p>	<p>17</p> <p>もやしのごまあえ れんこんのはさみあげ</p> <p>ごはん ごんぼじる</p> <p>ごんぼ汁は、大阪府枚方市のある北河内あたりの郷土料理です。こん布とけずり筋からとっただしに、ごぼうや高野豆腐が入っています。ごぼうのことを「ごんぼ」と呼ぶことからこの名前が付ききました。</p>	<p>18</p> <p>フルーツゼリーミックス ぶたにくのレモンしょうゆかけ</p> <p>コッペパン ニョッキのクリームに</p> <p>ニョッキは、じゃがいもと小麦粉から作られるパスタで、もっちりとした食感が特ちょうです。</p>	<p>19</p> <p>さきみとごぼうのごまソテー シルバーのてりやき</p> <p>ごはん よしのじる</p> <p>シルバーのてりやきは「ほね」にちゅうい!</p>
<p>22</p> <p>ぶたにくのだいずのみせいため いそべてんがら(4こくらい)</p> <p>ごはん こまつなのすましじる</p> <p>「いそべてんがら」には、海そうの1つであるアオサがころもはい衣に入っています。「4こくらい」はめやすです。</p>	<p>23</p> <p>ツナポテトサラダ とりにくのパーベキューソースかけ</p> <p>チョコレイトクリーム コッペパン とうふのコンソメスープ</p> <p>とりにくにかかっているパーベキューソースは、おろしりんごやにんにく、レモン果汁を使って手作りしています。</p>	<p>24</p> <p>フローズンヨーグルト(ちよくそう) オムレツ</p> <p>げんまいいりごはん こめこビーフカレーライス</p> <p>フローズンヨーグルトの容器は、重ねて食べ残しと一緒にビニールぶくろにまとめて入れてください。</p>	<p>25</p> <p>ツナとテンゲンサイのサラダ サーモンボールのルウエーふう(6こくらい)</p> <p>コッペパン クリームスープスパゲティ</p> <p>サーモンボールは、さけを骨ごとやわらかくしたすり身を団子の形にしたものです。「5こくらい」はめやすです。</p>	<p>26</p> <p>すきやきふううのはなのいりに さばのみりんぼし</p> <p>ごはん だんごじる</p> <p>さばのみりんぼしは「ほね」にちゅうい!</p>
<p>29</p> <p>かいそうはるさめのあまずあえ チヂミ</p> <p>ごはん ピリからにくじゃが</p> <p>ピリから肉じゃがには、コチジャンが入っています。赤みそを入れることで、まろやかな味になっています。</p>	<p>30</p> <p>ミニカレーやきそば やさいぎょうざ(2こ)</p> <p>ロールパン(2こ) とうもろこしのスープ</p> <p>給食で人気の焼きそばをカレー味にしました。食欲をそそるカレーの香りを楽しんでください。</p>	<p>31</p> <p>ぶたにくとわかめのバターしょうゆいため さんまのフライ</p> <p>ごはん あさりのみそじる</p> <p>さんまのフライは「ほね」にちゅうい!</p>	  <p>はしは毎日持ってきましょう</p>	

※カレンダーに書いている「〇こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。