



# 5月の給食だより

2021年5月1日 済生会なでしこ園



月	火	水	木	金	土	
		 <p>今月の特別メニュー(☆)♡!! こどもの日をお祝いで、 みんな大好きなフライドポテトがでます!!</p>				1 ミートボール フライドポテト、ウインナー コンソメスープ、ゼリー 牛ミンチ、豚ミンチ、パン粉、卵/じゃがいも/ウインナー/玉ねぎ、人参
3	4	5	6	7	8	
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	鶏肉じゃが コールスローサラダ かき玉汁 鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、いんげん/キャベツ、きゅうり、コーン/卵	魚のソース煮 さつまいもの煮物 野菜スープ 魚、きゅうり/さつまいも/キャベツ、人参、玉ねぎ	焼き魚 ビーフン炒め 豆腐の味噌汁 魚/ビーフン、かまぼこ、キャベツ、玉ねぎ、赤ピーマン/豆腐	
10	11	12	13	14	15	
ハヤシライス 野菜サラダ ヨーグルト 牛肉、玉ねぎ、人参、ハヤシルー、牛乳/キャベツ、きゅうり、ハム/ヨーグルト	魚のクラッカー揚げ 納豆和え さつまいもの味噌汁 魚/納豆、キャベツ、ほうれん草、人参/さつまいも	チキンナゲット(付 ミノトマト) マカロニサラダ 春雨スープ、牛乳 鶏肉、キャベツ、きゅうり、魚肉ソーセージ/春雨、玉ねぎ、チンゲン菜/牛乳	厚揚げのミートソース コーンのバター炒め わかめスープ 厚揚げ、ひき肉/コーン/わかめ、玉ねぎ、人参	魚のムニエル(付 ミノトマト) 野菜炒め 里芋の味噌汁 魚/キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、魚肉ソーセージ/里芋	お休み	
17	18	19	20	21	22	
魚の味噌煮 炒めキャベツ じゃがいもの味噌汁 魚、生姜/キャベツ、きゅうり、ハム/じゃがいも	干草焼き 里芋の煮物 青菜の味噌汁 卵、ひき肉、玉ねぎ、人参、きくらげ、干し椎茸/里芋/小松菜	パン(白米) クリームシチュー きゅうりのサラダ、バナナ パン/鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、シチュールー、牛乳/きゅうり、人参、大根、カニカマ/バナナ	お弁当の日(🍱)	魚のチーズ焼き(付 ブロッコリー) れんこんの金平 大根の味噌汁 魚、チーズ/れんこん、人参/大根、わかめ	親子丼 キャベツの胡麻和え 白菜の味噌汁 鶏肉、玉ねぎ、人参、椎茸、卵/キャベツ、人参/白菜	
24	25	26	27	28	29	
焼きそば(白米) シュウマイ(付 キャベツ) 豆腐の味噌汁 焼きそば麺、ウインナー、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、かまぼこ、ちくわ/シュウマイ/豆腐	煮魚(付 大根) じゃがいもの金平 茄子の味噌汁、牛乳 魚/じゃがいも、人参/茄子/牛乳	スパゲティナポリタン(白米) ほうれん草のごま和え コーンスープ スパ麺、玉ねぎ、人参、ピーマン、ウインナー、ベーコン/ほうれん草、人参/コーン	レバーの胡麻揚げ 白菜のおかか和え えのきのすまし汁、オレンジ 鶏レバー、牛乳/白菜、人参、かつお節/えのき、かまぼこ/みかん	魚のちゃんちゃん焼き 菜焼き さつまいもの味噌汁 魚、玉ねぎ、人参、えのき/小松菜、人参、油揚げ/さつまいも	お休み	
31	※献立や食材は、仕入れなどの状況により変更となる場合があります。 ※今月のメニューのも旬の食材を取り入れています。(キャベツ、トマト、きゅうり、チンゲン菜、オレンジ) ※卵、乳、小麦粉を使用した献立に    を表示しています。					
マーボー豆腐 ウインナーとキャベツの炒め物 中華スープ 豆腐、玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、豚ミンチ/キャベツ、ウインナー/卵	<div style="border: 2px solid pink; padding: 10px;"> <p>今月の郷土料理豆知識(5月21日「れんこんの金平」)</p> <p>今月は熊本のれんこんを使ったれんこんの金平を提供します。れんこんはビタミンCが多い食べ物です。ビタミンCは熱に弱いですがれんこんにに含まれるたんぱく質がビタミンCを守るため、加熱調理されてもあまり失われません。れんこんの穴の大きさがそろっているものが良品だといわれています。</p>  </div>					

