

5月のめあて

5月よくして
じゅんぴ・あじかたづけしよう

月(げつよう)	火(かよう)	水(すいよう)	木(もくよう)	金(きんよう)
<p>2</p> <p>ちくわの いそべあげ (2こ)</p> <p>かしわもち</p> <p>やさいのあますあえ</p> <p>わかたけじる</p> <p>しょうがいり かしわめし</p> <p>わかたけじる</p> <p>ヨーグルト (ソフール)</p> <p>むぎごはん</p> <p>ポーク カレー</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>やきにく ソテー</p> <p>(ごはんのうえに) かりかりいりこ</p> <p>ごはん</p> <p>わかめ スープ</p> <p>おさかな アーモンド</p> <p>むぎごはん</p> <p>ドライ カレー</p> <p>30</p> <p>さばの たつたあげ のりずあえ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいもの みそしる</p>	<p>3</p> <p>ちぐさやき</p> <p>やさいのおひたし</p> <p>グリーンピース ごはん</p> <p>とうふと わかめの みそしる</p> <p>けんぼうきねんぴ</p> <p>10</p> <p>いかときゅうりの ごまだれあえ</p> <p>ふりかけ</p> <p>ごこく ごはん</p> <p>じゃがいもの そぼろに</p> <p>24</p> <p>さばのみそに</p> <p>キャベツのうめおかあえ</p> <p>ごはん</p> <p>さわにわん</p> <p>チンジャオロースー わかめ ごはん</p> <p>とうふと チンゲンサイの スープ</p>	<p>4</p> <p>みどりの日</p> <p>11</p> <p>えびしゅうまい 1~3年1こ 4年~6年2こ</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>ちゃんぽん</p> <p>ミルクパン</p> <p>18</p> <p>おたんじょうこんだて</p> <p>とりにくの からあげ</p> <p>プリン タルト</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>スパゲティ ナポリタン</p> <p>ミルクパン</p> <p>25</p> <p>ごもくばおず</p> <p>まーぼーはるさめ</p> <p>ごはん</p> <p>ちゅうか スープ</p>	<p>5</p> <p>いわしの トマトに</p> <p>じゃがバターしょうゆに</p> <p>ごはん</p> <p>やさい スープ</p> <p>ことものひ</p> <p>12</p> <p>わふうハンバーグ</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>キャベツの みそしる</p> <p>19</p> <p>とりにくの しおこうじいため</p> <p>やさいのごまあえ</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげの みそしる</p> <p>26</p>	<p>6</p> <p>とりにくのてりに</p> <p>こんにやくのいためもの</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげと ほうれんそうの みそしる</p> <p>13</p> <p>とりてん</p> <p>ごぼうとくきわかめの きんぴら</p> <p>ごはん</p> <p>にらたまじる</p> <p>20</p> <p>はるまき</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>はっぽうさい</p> <p>27</p> <p>とりにくの ツナサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>たまご スープ</p> <p>チキンライス</p> <p>2</p> <p>さばの たつたあげ のりずあえ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいもの みそしる</p> <p>31</p> <p>手をきちんとあらおう</p>

