



春野菜を食べよう 		水	木	金	土
<p>寒さに耐え、冬の間エネルギーをため込んだ春野菜は体の新陳代謝を盛んにしてくれ、体を目覚めさせてくれます！            ※6月の手作り弁当日は、行事が決まり次第お知らせします。            ※食材の都合により献立を変更することがあります。 </p>		1 肉焼売 春雨サラダ 八宝菜 くだもの・牛乳 ミルク・ビスケット	2 鯖の煮付け きざみ昆布のきんぴら のっぺい汁 くだもの・牛乳 ミルク・マシュマロクラッカー	3 憲法記念日	4 みどりの日
6 振替休日	7 大豆入りつくね 切干大根のサラダ はんぺんのすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・クロワッサン	8 納豆オムレツ 小松菜のおかか和え 厚揚げのみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・豆腐きな粉ドーナツ	9 鰯の酢醤油煮 じゃが芋ごまドレサラダ 若竹汁 くだもの・牛乳 ミルク・バナナケーキ	10 鶏肉のバーベキューソース ちくわのごま和え 豆乳みそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・にんじんもち	11 焼きビーフン バイクドポテト 中華スープ くだもの・牛乳 せんべい
13 豆腐ハンバーグ 粉ふき芋 キャベツのクリーム煮 くだもの・牛乳 ミルク・ヨーグルト蒸しパン	14 赤魚の照り焼き 納豆和え もずくのみそ汁 くだもの・牛乳 ミルク・デニッシュパン	15 ポークチャップ ひじきとじゃこのサラダ コンソメスープ くだもの・牛乳 ミルク・ごまバタークッキー	16 ベジタブルエッグ きゅうりと玉ねぎの酢の物 田舎汁 くだもの・牛乳 おにぎり(人参・わかめ)	17 白身魚(たら)のフライ コールスローサラダ 野菜のミルクスープ くだもの・牛乳 ミルク・マフィン	18 ハヤシライス 野菜サラダ(ツナ) 炒り玉子 くだもの・牛乳 ビスケット
20 豆腐ボール こんにゃくサラダ ワンタンスープ くだもの・牛乳 ミルク・豆腐スコーン(チーズ)	21 手作り弁当日  りんごゼリー	22 白身魚のコーンマヨ焼き キャベツの昆布和え わかめのすまし汁 くだもの・牛乳 ミルク・せんべい	23 大豆カレー 野菜サラダ ゆで玉子 くだもの・牛乳 豆乳プリン	24 鶏のから揚げ(ごま風味) シーザーサラダ かきたま汁 くだもの・牛乳 ミルク・きな粉サンド	25 親子どんぶり 野菜のゆかり和え フライビーンズ くだもの・牛乳 せんべい
27 ポピエットシーチキン ブロッコリーの白和え じゃが芋のみそ汁 くだもの・牛乳 おにぎり(梅ひじき)	28 豆腐とチーズの玉子焼き 大豆マリネ ビーフシチュー くだもの・牛乳 フルーチェ	29 鯖の韓国風焼き わかめと春雨の中華和え ちゃんぽんスープ くだもの・牛乳 ミルク・きな粉クッキー	30 厚揚げの肉みそ炒め 春野菜サラダ 洋風玉子スープ くだもの・牛乳 ミルク・ビスケット	31 鮭の西京焼き 大豆の五目煮 なめこ汁 くだもの・牛乳 ミルク・かぼちゃケーキ	