



# 5月のこんだて

杉並区立永福小学校



## ☆今月の目標☆ 食べ方のマナーを知ろう

1日 (金)

☆端午の節句こんだて☆  
ちゅうか 中華ちまき  
わんたんスープ  
フルーツみつ豆 まめ  
ぎゅうにゅう 牛乳

4日 (月)	5日 (火)	6日 (水)	7日 (木)	8日 (金)
☆みどりの日☆ 	☆こどもの日☆ 	☆振替休日☆ 	大豆入りドライカレー カリカリ油揚げのサラダ み しょく かん 美生 柑 ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ ごはん とり肉のマスタード焼き ゆで野菜のドレッシングかけ しろいんげん豆と野菜のスープ ぎゅうにゅう 牛乳
☆9日 (土) ☆	12日 (火)	13日 (水) ☆国内産☆	14日 (木)	15日 (金)
さんさい 山菜おこわ まめ 豆あじのから揚げ とんじる 豚汁 こまつな 小松菜のいそあえ ぎゅうにゅう 牛乳	わかめうどん だいす 大豆とじゃこの甘辛揚げ シャキシャキあえ 草だんご ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ ごはん たまご焼き じやがいものそぼろ煮 新たけのこのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	☆3年グリンピースのさやむき☆ ピースごはん さけの照り焼き きんぴら 金平ごぼう こまつな 小松菜ともやしの甘じょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	キムチ炒飯 ジャンボシュウマイ わかめスープ やさい 野菜のナムル ぎゅうにゅう 牛乳
18日 (月) ☆国内産☆	19日 (火)	20日 (水)	21日 (木)	22日 (金)
むぎ ごはん かつおの東 煮 きりほし大根の煮付け むらくも汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ハヤシライス じゃこサラダ み しょく かん 美生 柑 ぎゅうにゅう 牛乳	こうや どうふ 高野豆腐のそぼろごはん けんちん汁 だいこん 大根のゆかりあえ ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ ごはん ホキの南部揚げ さなえ じる 早苗汁 キャベツのおかかあえ ぎゅうにゅう 牛乳	セサミトースト ポークビーンズ やさい 野菜のピクルス ぎゅうにゅう 牛乳
25日 (月)	26日 (火)	27日 (水)	28日 (木)	29日 (金)
むぎ ごはん さわらの香味焼き やさい 野菜のみそ汁 いとかんてん 糸寒天のごま酢あえ ぎゅうにゅう 牛乳	いた 炒めジャージャー麺 ベイクドポテト ぎゅうにゅう 牛乳	あおな 青菜ごはん 肉じゃがコロッケ とうふとわかめのみそ汁 もやしの梅じょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	☆九州の郷土料理☆ むぎ ごはん とり天 がめ煮 きりほし 切干ときゅうりのごま酢あえ ぎゅうにゅう 牛乳	カレーピラフ トマトとたまごのスープ コーン入りキャベツフレンチ ぎゅうにゅう 牛乳