



# 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

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
☆端午の節句こんだて☆ 中華ちまき わんたんスープ フルーツみつ豆 牛乳	☆憲法記念日☆ 	☆みどりの日☆ 	☆こどもの日☆ 	大豆入りドライカレー サウピカンサラダ 甘夏みかん 牛乳
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)☆国内産☆
て 照り焼きフィッシュバー - ベジタブルシチュー 清美オレンジ 牛乳	むぎ 麦ごはん おやこや 親子焼き やさい 野菜のごまだれあえ しん 新たけのこのみそ汁 牛乳	むぎ 麦ごはん にく 肉じゃがコロッケ もやしの梅じょうゆあえ とうふとわかめのみそ汁 牛乳	こうや 高野豆腐のそぼろごはん けんちん汁 だいこん 大根の香りづけ 牛乳	☆3年グリンピースのさやむき☆ ピースごはん さけ 鮭の照り焼き こしき 五色煮 こまつな 小松菜ともやしの甘じょうゆあえ 牛乳
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)☆国内産☆	きりぼし 切干ごはん いかのしょうが焼き じやがいもの揚げ煮 さわに 沢煮わん 牛乳
わかめうどん シャキシャキあえ 草だんご 牛乳	青菜ごはん ホキの南部揚げ キャベツのおかあえ さなえじる 阜苗汁 牛乳	ハヤシライス じゃこサラダ み 美生柏 牛乳	むぎ 麦ごはん かつおの磯揚げ やさい 野菜煮物 むらくも汁 牛乳	むぎ 麦ごはん いかのしょうが焼き じやがいもの揚げ煮 さわに 沢煮わん 牛乳
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
セサミトースト ポークピーンズ やさい 野菜のピクルス 牛乳	やきにく 焼肉チャーハン わかめスープ み 美生柏 牛乳	むぎ 麦ごはん さわらの麦みそ焼き もやしと小松菜の辛子じょうゆ やさい 野菜の炒め煮 牛乳	シーフードピラフ キャロットポタージュ ごぼうサラダ 牛乳	むぎ 麦ごはん と 飛び魚ハンバーグ いとかんてん 糸寒天のごま酢あえ しる みそ汁 牛乳
28日(土)	31日(火)			
むぎ 麦ごはん とり肉のマスタード焼き 白いんげん豆と野菜のスープ ゆで野菜のドレッシングかけ 牛乳	ししじゅうしい や 焼きししゃも かぶのレモンじょうゆ イナムドウチ 牛乳			