

令和6年5月盛り付け表

月	火	水	木	金
<p>今月のマナー目標 ☺</p> <h2>正しい姿勢で食べよう!</h2> <p>◎背筋を伸ばして [正しい例] ◎両足を揃えて ◎ひじはつかず →正しい姿勢は消化にも+効果 プラス</p> 	<p>1日</p> <p>じゃがいもの そぼろ煮</p> <p>みそ汁</p> <p>たけのこ ご飯</p>	<p>端午の節句 南无</p> <p>2日</p> <p>鶏肉の BBQソース かけ (1人2ヶ)</p> <p>柏餅</p> <p>ほうれん草 のスープ</p> <p>カレー ピラフ</p>	<p>5/5は こどもの日</p> <p>子どもの健やかな 成長や幸せを祈り お祝いする日です。</p> <p>こいのぼりを飾ろう! 柏もちを食べます</p>	
<p>今年はおリンピックYEAR!!</p> <p>そのため月に1回 各国の料理を出す 取組を1年かけて行っています(〃)※ 給食で世界の食文化に触れましょう!</p> <p>5月は「タイ料理」が (21日に) 登場します。</p>	<p>7日</p> <p>回鍋肉</p> <p>ワンタン スープ</p> <p>ご飯</p>	<p>8日</p> <p>◎サバの 生姜煮 (1人1切れ) ◎ひじきの 炒め煮</p> <p>すまし汁</p> <p>ご飯</p>	<p>9日</p> <p>キャベツ とベーコン のソテー</p> <p>大豆と マカロニの トマト煮</p> <p>コッパ パン</p> <p>10日</p> <p>豚肉の ナンプラー 炒め</p> <p>アスパラガス とコーン のスープ</p> <p>ご飯</p>	
<p>13日</p> <p>◎鶏肉の オープン焼き (1人1切れ) ◎きんぴら ごぼう</p> <p>みそ汁</p> <p>ご飯</p>	<p>14日</p> <p>◎蒸し ぎょうざの 酢醤油かけ (1人3ヶ) ◎チャプ チエ</p> <p>にらスープ</p> <p>ご飯</p>	<p>15日</p> <p>◎白身魚の 磯辺揚げ (1人1切れ) ◎切干大根 の炒め煮</p> <p>若竹汁</p> <p>ご飯</p>	<p>朝食ごはんを食べよう!</p> <p>みんなは朝食ごはんを食べる習慣はありますか? 食べる時間がない人や お月復が空いていない人もいるかもしれません。ですが朝食ごはんを食べる事は 体に良い事がたくさんあります。ぜひ 食べる習慣をつけましょう!</p> <p>脳にエネルギー チャージ!! 体温が上がり 血流が良くなる 体を動かす目覚ましに</p>	
<p>20日</p> <p>◎鶏肉の かりん揚げ (1人2ヶ) ◎ほうれん草 の変わり 浸し</p> <p>ウィンナー とレタス のスープ</p> <p>ご飯</p>	<p>オリンピック南无 今月は「タイ」料理</p> <p>21日</p> <p>ガパオ ライス</p> <p>エスニック スープ</p> <p>ご飯</p>	<p>22日</p> <p>◎サケの タルタル ソース焼き (1人1切れ) ◎大豆の 中華煮</p> <p>すまし汁</p> <p>ご飯</p>	<p>23日</p> <p>チンゲン菜 ときのこ のソテー</p> <p>減量 バターロール</p> <p>パンネの ミート ソース</p> <p>24日</p> <p>豚 キムチ</p> <p>★かき玉 スープ</p> <p>ご飯</p>	
<p>27日</p> <p>お茶 ふり かけ</p> <p>揚げ高野 豆腐の 煮物</p> <p>アジボール のスープ</p> <p>ご飯</p>	<p>28日</p> <p>☆ハヤシライス</p> <p>ザーワ クラウト</p> <p>ご飯</p>	<p>29日</p> <p>◎サワラの 竜田揚げ (1人1切れ) ◎きゅうりの ピリ辛炒め</p> <p>さつき汁</p> <p>ご飯</p>	<p>30日</p> <p>オレンジ ゼリー</p> <p>◎照り焼き ハンバーグ (1人1個) ◎キャベツ ソテー</p> <p>うずまき パン (横切目)</p> <p>ココロ 野菜のスープ</p> <p>31日</p> <p>牛肉の しぐれ煮</p> <p>みそ汁</p> <p>ご飯</p>	