

月

火

水

木

金

R7

5月



～7日 行事食 端午の節句（こどもの日）～
 5月5日は端午の節句（こどもの日）です。この日は男の子の成長を願って祝う行事です。「よいかぶと」や「こいのぼり」を飾ったり、「ちまき」や「柏餅」を食べたりします。また、お風呂に菖蒲を入れた「菖蒲湯」に入ったりする習わしがあります。

1

2

ハヤシライス
 小松菜とコーンの
 サラダ
 いちごプリン

ごはん
 家常豆腐
 拌三絲



5

6

7

8

9

こどもの日

振替休日

菜めし
 五目うどん
 しらす和え
 柏餅

ごはん
 ホンモロコの唐揚げ
 ほうれんそうのおひたし
 豆腐のみそ汁

ごはん
 鶏肉の南蛮焼き
 卵の花炒め
 若竹汁



12

13

14

15

16

麦ごはん
 高野豆腐の卵とし
 きゅうりの酢の物

ごはん
 チリコンカン
 コールスローサラダ

たけのこごはん
 鯖の照り焼き
 梅肉和え
 麩のすまし汁

ごはん
 スタミナ炒め
 なめこのみそ汁
 果物（甘夏）

玄米ごはん
 すき焼き風煮
 ちくわの味噌ドレ



19

20

21

22

23

ビーンズチャーハン
 ツナサラダ
 わかめスープ

ごはん
 鶏の香味揚げ
 きんぴらごぼう
 すまし汁

カレーライス
 海そうサラダ
 ヨーグルト

ごはん
 鮭の塩焼き
 おかか和え
 生揚げのみそ汁

ごはん
 竹輪の新緑揚げ
 もやしの和え物
 豆腐汁



26

27

28

29

30

ごはん
 麻婆豆腐
 ナムル

ごはん
 クラムチャウダー
 レモン和え

ごはん
 鰯のアングレース
 添え野菜
 コンソメスープ

麦ごはん
 うま煮
 ほうれんそうの
 チーズ和え

コッペパン
 ソーセージ
 ボイルキャベツ
 野菜のスープ煮

