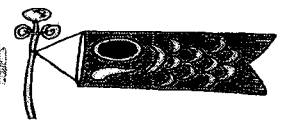


# 5月のこんだて 今月の目標「食べ物のはたらきを知ろう。」



※ 物資の都合などにより、献立が変更になることがあります。

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
<p><b>けんぽうきねんび</b> <b>憲法記念日</b></p>	<p><b>みどりの日</b></p>	<p><b>こどもの日</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>けんちん汁 (小麦・大豆・鶏)</li> <li>さばの塩焼き (さば)</li> <li>しぐれ昆布 (小麦・大豆・ごま)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ライス</li> <li>チャンポン麺 (小麦・えび・いか・大豆・鶏 豚・セラチン・ごま・草)                     </li> <li>黒豚シューマイ (小麦・大豆・鶏・豚)</li> <li>バナナ</li> </ul>
<p>10日(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>麦ごはん</li> <li>キーマカレー (小麦・大豆・豚・鶏・草・りんご)</li> <li>福神漬 (小麦・大豆)</li> <li>フルーツ合わせ (バナナ・リン・みかん)</li> </ul>	<p>11日(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>煮合わせ (小麦・大豆)</li> <li>にしん生姜煮 (小麦・大豆)</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<p>12日(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食パン (卵・乳・小麦・大豆)</li> <li>じゃがいもと豚のポターージュ (卵・乳・小麦・鶏・豚・セラチン)</li> <li>ハムカツ (卵・乳・小麦・大豆・豚)</li> <li>温野菜 (りんご)</li> </ul>	<p>13日(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>わかめごはん (麦入り)</li> <li>みそ汁 (大豆)</li> <li>大根のそぼろ煮 (小麦・大豆・豚)</li> <li>グレープフルーツ</li> </ul>	<p>14日(金)</p> <p><b>べんとう ひ</b> <b>お給当の日</b></p>
<p>17日(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>八宝菜 (卵・小麦・えび・いか・草・大豆・豚)</li> <li>ぎょうざ (鶏・豚・大豆・小麦・ごま)</li> <li>中華ソース (大豆・小麦・ごま)</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<p>18日(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>中華風そぼろごはん</li> <li>【ごはん+具】 (小麦・大豆・豚・ごま)</li> <li>みそ汁 (大豆)</li> <li>バナナ</li> </ul>	<p>19日(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ツイストパン (卵・乳・小麦・大豆)</li> <li>ニョッキのクリーム煮 (小麦・大豆・豚・鶏・セラチン・卵)</li> <li>白身魚フライ (小麦・大豆)</li> <li>ミニトマト</li> </ul>	<p>20日(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>肉豆腐 (小麦・大豆・豚)</li> <li>塩昆布あえ (小麦・大豆・セラチン)</li> </ul>	<p>21日(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>揚げパン (卵・乳・小麦・大豆・アーモンド)</li> <li>チャップスイ (小麦・大豆・鶏・豚・セラチン・ごま)</li> <li>卵ロール (卵・小麦・大豆)</li> <li>キウイフルーツ</li> </ul>
<p>24日(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>麦ごはん</li> <li>エピカレー (卵・りんご・小麦・大豆・鶏・バナナ・豚・草)</li> <li>福神漬 (小麦・大豆)</li> <li>フルーツのゼリーあえ (みかん・リン・ぶどう)</li> </ul>	<p>25日(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>のっぺい汁 (小麦・大豆・鶏)</li> <li>さんまみぞれ煮 (小麦・大豆)</li> <li>オレンジ</li> </ul>	<p>26日(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コッペパン (卵・乳・小麦・大豆)</li> <li>春きゃべつの中華スープ (小麦・大豆・鶏・豚・セラチン・ごま)</li> <li>若鶏ごま照り焼き (小麦・大豆・鶏・豚・ごま)</li> <li>フライドポテト</li> <li>りんごジャム (りんご)</li> </ul>	<p>27日(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>チンゲン菜と厚揚げのピリ辛炒め (小麦・大豆・鶏・豚・ごま)</li> <li>もやしのおひたし (小麦・大豆)</li> <li>味付けのり (えび)</li> </ul>	<p>28日(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ライス</li> <li>うどん (小麦・大豆・豚)</li> <li>かき揚げ (しらす入り) (小麦・大豆)</li> <li>バナナ</li> <li>アーモンド</li> </ul>
<p>31日(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>フィッシュボール 苦野煮 (小麦・大豆・豚)</li> <li>ほうれん草の磯漬しきざみのり付き (小麦・大豆)</li> <li>グレープゼリー (ぶどう)</li> </ul>	<p>※  は、米粉使用のマークです。</p> <p>※ ( ) の中は、食物アレルギーの原因となる食べものです。</p> <p>食物アレルギーのある人は、こんだて表をみて毎日食べられないものを確認しましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>帰ったら</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>しよくじのまえ</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>て手をあらおう</p> </div> </div>			