

これまでのこんだて

2019 5月



沖縄県の味

5月7日

牛乳 きびご飯

シイラの香味

焼き

クーブイリチー

マーミ汁

冷凍パイ



5月8日

牛乳

ポークカレー

(麦ご飯)

彩りサラダ

ヨーグルト



5月9日
牛乳 ご飯
鶏肉のみそ
チーズ焼き
竹輪入りお浸し
けんちん汁



5月10日
牛乳 ご飯
揚げ餃子
中華五目煮
わかめの中華
スープ

かみかみデー



5月13日
牛乳 ご飯
あじの塩麴焼き
ひじきの炒り煮
具たくさん
みそ汁



5月14日
牛乳 ご飯
イカリング
フライ
ブロッコリー
のツナ和え
卵のふわふわ
スープ



5月15日
牛乳 ご飯
かに玉の
甘酢あんかけ
バンバンジー
サラダ
野菜ワンタン
スープ



5月16日
牛乳
山菜うどん
(ソフト麺)
竹輪の
磯部揚げ
フルーツ
ヨーグルト



5月17日

牛乳

境町産ご飯

豚肉の

ピリ辛ソース

切干大根

ごま酢和え

きくらげの

卵スープ



5月20日

牛乳 ご飯

いわしの梅煮

のり酢和え

にら玉スープ

オレンジ



5月21日
 牛乳 食パン
 ママレード
 チーズオムレツ
 アスパラガスと
 カリフラワーの
 サラダ
 スープ
 スパゲティ



5月22日
 牛乳 ご飯
 きびなご
 胡麻フライ
 大根と豚肉
 の煮物
 筍のみそ汁



5月23日
 牛乳 親子丼
 (麦ご飯)
 ほうれん草の
 磯香和え
 すまし汁
 ヨーグルト



5月24日
 牛乳 ご飯
 鶏肉の香草焼き
 ひじきのごま
 ドレサラダ
 麦と野菜の
 スープ



5月27日
牛乳 ご飯
ます幽庵焼き
切干大根煮
ごまみそ汁
キウイフルーツ



5月28日
牛乳 ご飯
プルコギ
ナムル
スーミータン



5月29日

牛乳 ご飯

納豆

鶏の七味焼き

たくあん和え

なめこ汁



5月30日

牛乳

カレーうどん

(ソフト麺)

チーズはんぺん

フライ

ごま和え

小玉スイカ



5月31日
牛乳 ご飯
五目豆腐
ハンバーグ
わかめとツナの
和え物
根菜のみそ汁