

藤の木学園 2025年 5月 メニュー表

月	火	水	木	金	土	日
			1 朝基 ごはん 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) 高野の卵とじT 昼基 ごはん 回鍋肉F 和風大根サラダ 間 牛乳T 夕基 チキンライス 蒸ししゅうまい かぼちゃのクリームスープ りんごゼリー	2 朝基 ロールパン2個 マーガリン ウインナーとほうれん草のソテー 牛乳 バナナ(1/2本) 昼基 ごはん ポトフT スパゲティサラダ 夕基 ハヤシライス 海そうサラダ マンゴーヨーグルト	3 朝基 ごはん みそ汁 (南瓜・青菜) 納豆 とりしそぼろ 昼基 ごはん (小) 皿うどんT 酢の物 (大根) 間 のむヨーグルトT 夕基 山菜ごはん いわしのかば焼き風 若竹煮 のっぺい汁	4 朝基 ピザトースト 牛乳 パイナップル 昼基 タコライス コーンスープ 夕基 ごはん 鶏肉のマーマレード照焼 こふきいも (チーズ) 白菜とじゃこのゆずごま酢
5 朝基 ごはん みそ汁 (なめこ・豆腐) 厚焼きたまご風 昼基 ごはん 赤魚の塩焼き 水菜の昆布あえ かに風味サラダ 間 牛乳T 夕基 行事メニュー こいのぼりカレー グリーンサラダ ももヨーグルト かしわもちF	6 朝基 ごはん みそ汁 (青菜・にんじん) ひじきとツナサラダ ふりかけ (おかか) 昼基 ごはん 八宝菜 マカロニサラダ 間 牛乳T 夕基 誕生日メニュー ごはん ハンバーグF 付け合わせ 大根サラダ	7 朝基 チョコツイストパン スクランブルエッグF 牛乳T キウイフルーツ(緑) 昼基 ごはん カレイの唐揚げ野菜あんかけ 夕基 ごはん タンドリーチキン じゃがいもとピーマンの炒め物 (少量) 菜の花のごま和え	8 朝基 ごはん みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ) 青菜と揚げのナムルT 昼基 ごはん 牛肉と野菜のオイスター炒め ブロッコリーとコーンのサラダ 間 ごはん 夕基 ガリバタチキン ウインナーとほうれん草のソテー ごぼうのサラダ	9 朝基 黒糖ロールパン2個 マーガリン 白菜のクリームスープ 牛乳 バナナ(1/2本) 昼基 ごはん 豆腐ステーキそぼろがけ 間 菜の花のごま和え 夕基 牛乳T 筍ごはん 鮭の塩焼きF みそけんちん汁T 金時豆の甘煮 (市販)	10 朝基 ごはん みそ汁 (里芋・しめじ) 切り干し大根のツナマヨサラダ 昼基 ビビンバ丼F 納豆 わかめスープT 間 のむヨーグルトT 夕基 ごはん 白身魚のアクアパッツァ さつまいもコロコロサラダ グレープゼリー	11 朝基 トースト (2枚) チョコレート・クリーム マーガリン ほうれん草のクリームスープ 牛乳 もも缶詰 (黄桃) 昼基 ナポリタン ポテトサラダ 夕基 誕生日メニュー 天丼F 紅白なますT 赤だし (あさり) プリン
12 朝基 ごはん みそ汁 (豆腐・大根) ほうれん草とコーンのソテー 昼基 ごはん 生姜焼き (豚肉) かぼちゃの含め煮 間 牛乳 夕基 誕生日メニュー 三色丼F 豚汁 フルーツのヨーグルト和え	13 朝基 ごはん みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ) 焼き厚揚げT (かつお) ふりかけ (のりたま) 昼基 ごはん さばの塩焼き 白菜の昆布あえ えんどうの卵とじ T 間 牛乳T 夕基 ごはん 酢鶏 コールスローサラダ(チーズ) みかんヨーグルト	14 朝基 レーズン・イエローパン チーズ スープ煮 (青菜・ウインナー) 牛乳 オレンジF 1/6カット 3個 昼基 ごはん 牛肉ときのこのバター醤油ソテー 切り干し大根のさっぱりサラダ 間 バナナケーキ 夕基 ごはん 麻婆豆腐 マセドアンサラダ とろろもずく	15 朝基 ごはん みそ汁 (とうふ・えのき) 千草焼き (ひじき) 昼基 ごはん 肉じゃがF ほうれん草の白和え 間 牛乳T 夕基 ごはん ポークチャップT 春キャベツのゆず風味 パイン(生)	16 朝基 ロールパン2個 ブルーベリージャム ツナと野菜のソテー 牛乳 バナナ(1/2本) 昼基 ごはん チンジャオロース 卵サラダ 夕基 ごはん ポテト・チーズオムレツF 南瓜の田舎スープ 小松菜納豆	17 朝基 ごはん みそ汁 (南瓜・たまねぎ) ブロッコリーのかつお和え 味付けのりT 昼基 スタミナラーメン 酢の物 (大根・きゅうり) 間 のむヨーグルトT 夕基 ごはん さわらの西京焼き 小松菜と卵の炒め物 けんちん汁	18 朝基 サンドイッチ (ハムチーズ卵) 牛乳 マンゴー 昼基 きじ焼き風丼 のっぺい汁T 夕基 ごはん 酢豚T 中華スープF ヨーグルト
19 朝基 ごはん みそ汁 (えのき・白菜) きんぴられんこん 昼基 ごはん ひき肉と豆腐のニラ炒め 切り干し大根のナムル 間 牛乳T 夕基 小松菜とじゃこの混ぜごはん ホキの二色天 かきたま汁	20 朝基 ごはん みそ汁 (豆腐・わかめ) 鮭そぼろ 五目煮豆 昼基 ごはん 牛肉とごぼうの炒め煮 カボチャマッシュサラダF 間 牛乳T 夕基 ごはん 豚肉のしょうが炒め 大根と水菜の和風サラダ グレープフルーツ(1/8個)	21 朝基 シュガーバターコッパ スクランブルエッグ (キャベツ添) 牛乳 キウイフルーツ(黄) 昼基 ごはん さばのねぎみそ焼き きゅうりの昆布あえ れんこんのきんぴら 夕基 ごはん 山賊焼き 小松菜とジャコソテー 焼き厚揚げT	22 朝基 ごはん みそ汁 (なめこ) ウインナーとほうれん草のソテー 昼基 ごはん たらのカレームニエル じゃがいもチーズ和え チョレギサラダ (キャベツ) 間 牛乳T 夕基 ビーンズカレーライス 卵ポテトサラダ バナナヨーグルト	23 朝基 黒糖ロールパン マーガリン ウインナーと卵のソテー 牛乳 バナナ(1/2本) 昼基 ごはん 鶏肉とチンゲンサイの中華炒め 春雨サラダ 夕基 ごはん あじのパン粉焼き オーロラサラダ さつまいものレモン煮	24 朝基 ごはん みそ汁 (南瓜・わかめ) しろなの卵とじ 昼基 スパゲッティミートソースT かぼちゃサラダ(チーズ) オレンジ 1/6カット2個 間 のむヨーグルトT 夕基 ごはん ほうれん草とう豆腐のグラタンF キャベツのごま酢 梅しそ納豆	25 朝基 トースト (2枚) マーガリン リンゴジャム 肉だんごと麦のスープ 牛乳 もも缶詰(白桃) 昼基 牛丼 小松菜とはるさめのスープ (中華風) 金時豆の甘煮 (市販) 夕基 ごはん ポークピカタ ジャーマンポテトF 和風サラダ (大根・わか)
26 朝基 ごはん みそ汁 (豆腐・青菜) じゃこ炒め ふりかけ (おかか) 昼基 ごはん チリコンカン風 グリーンサラダT 間 牛乳T 夕基 ごはん ごまごまチキン 切り干し大根のソース炒め 南瓜のそぼろあんかけ	27 朝基 ごはん みそ汁 (南瓜・えのき) 大豆とツナの炒め煮 昼基 ごはん 鶏肉となすのポン酢がけ ひじきの白和え 間 牛乳 夕基 ごはん かれの煮付け イカと里芋の煮物 ひじきとれんこんのサラダ	28 朝基 クロワッサン1個 ロールパン チーズ ハムエッグ 牛乳 オレンジF 1/6カット 3個 昼基 ごはん トンテキ スパゲッティソテー フレンチサラダ 夕基 麦ごはん (100) T 肉豆腐 かぼちゃの炒め物 小松菜ごま和え	29 朝基 ごはん みそ汁 (じゃがいも・ニラ) 厚揚げのしょうが炒め 昼基 ごはん 豚肉の香りパン粉焼き 付け合わせ わけぎのぬた 間 牛乳 夕基 えんどうごはん いわしの天ぷら 野菜の天ぷら 赤だし (なめこ)	30 朝基 黒糖ロールパン マーガリン 豆のスープ 牛乳 バナナ(1/2本) 昼基 ごはん 筑前煮 もやしのナムル 夕基 誕生日メニュー ごはん クリームシチュー(豚) パンプキンサラダ みかんヨーグルト	31 朝基 ごはん みそ汁 (里芋・青菜) ほうれん草と卵のソテー 昼基 肉わかめうどんF 蒸焼き餃子 間 飲むヨーグルト (プレーン) 夕基 誕生日メニュー ごはん 鶏肉の唐揚げ (祝用) トマトとチーズのサラダ グレープゼリー	

が つ か た ん ご せ っ く し ょ う ぶ せ っ く ひ お と こ こ す こ せ い ち ょ う い わ
5月5日は端午の節句・菖蒲の節句、こどもの日です。男の子の健やかな成長を祝います。

かしわしんめ で みる は お かけい た えんぎもの ひろ
 かしわもち：柏は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「家系が絶えない」縁起物として広まりました。

こだいちゅうごく ちがや は ごめ ま ゆらい むびょうそくさい きが ん ふうしゅう
 ちまき：古代中国では茅という葉によってもち米などが巻かれていたことに由来し、無病息災を祈願するという風習があります。

が つ しゅん じき か お ごろあわ よ うんき は こ
 かつお：5月はカツオが旬の時期です。「勝つ男」と語呂合わせできるため、良い運気を運んでくれるといわれています。

せいちょう は や おお せいちょう こ すこ せいちょう ねが えんぎ よ
 たけのこ：成長が早く、大きくなつすぐに成長することから、子どもの健やかな成長を願い縁起の良いたべものとして食べられます。

