

# 5月の南沢立 & 総合食だより

令和4年4月28日発行  
太陽保育園

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10日	7日	8日	9日	10日	11日
朝食	わかめ玉焼 高野豆腐の煮め煮 キャベツと塩芋の餅とじ 味噌汁・イリコ	醤油記憶日	みどりの日	こどもの日	こどもの日もちらし寿司 パイナップルお おすまし イリコ
献立表 おやつ	りんご・梨の煮物・おすまし りんご・バナナ・アップルジュース				りんご・梨の煮物・おすまし・パイナップルお すまし アップルジュース
12日	13日	14日	15日	16日	17日
朝食	豆飯粥 きゅうりの土物惣和え 味噌汁 イリコ	高野豆腐 高野豆腐の揚げだし ゆず大根サラダ 味噌汁・イリコ	しそもみじ玉焼 じゃが芋のきんぴら ピーマンのソテー和え 味噌汁・イリコ	高野豆腐カレー バナナ イリコ	トナリ湯豆腐トナリ
献立表 おやつ	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶
19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝食	梅干玉焼 肉じゃが焼 煮豆のしらす和え 味噌汁・イリコ	中華飯 中華煮込みサラダ みかん缶 イリコ	粒玉飯 蒸むじき インゲン豆のぼた和え 味噌汁・イリコ	大豆飯 もちわのかぼ焼き 三色ソテー 鶏肉クリームスープ イリコ	よもぎパン 三色ソテー 鶏肉クリームスープ イリコ
献立表 おやつ	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶
26日	27日	28日	29日	30日	31日
朝食	梅干玉焼 大根のそぼろ煮 炒り物 味噌汁・イリコ	木の葉飯 煮餅合 イリコ	芋焼飯 きんぴらごぼろ あげとゆめ煮の煮物 味噌汁・イリコ	シーチキン飯 五目天婦 ほうれん草の和えし 味噌汁・イリコ	さつまいもパン スパゲティサラダ カレースープ イリコ
献立表 おやつ	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶
3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	ひじき玉焼 豆芋焼の煮め煮 五目なます 味噌汁・イリコ	ラヂョップライス おでかけサラダ コンソメスープ イリコ			
献立表 おやつ	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶	りんご・梨の煮物・おすまし アップルジュース・お茶			

