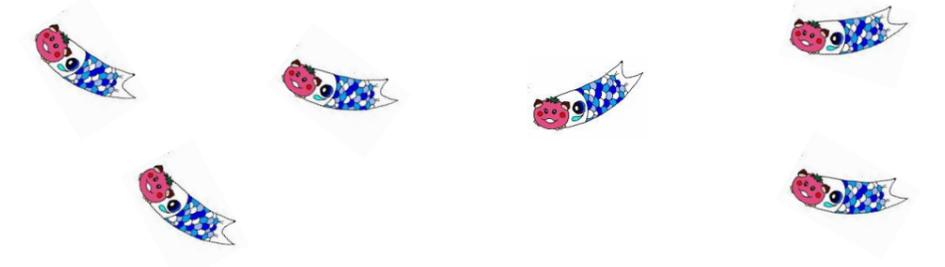


月	火	水	木	金
<h1>令和3年5月</h1> 			6 コッペパン 富士山ゼリー かつおフライ(ソース) 竹の子のスープ 	7 カレーライス(麦ごはん) ドレッシングサラダ パインアップル 
10 厚揚げのみそ炒め 三色和え 手作りふりかけ 	11 とり肉の照り焼き マカロニサラダ 吉野汁 	12 菜めし 甘夏みかん じゃがいもの揚げ煮 キャベツのみそ汁 	13 黒糖パン ミントマト 焼きスパゲッティ コーンクリームスープ 	14 まぐろのオーロラソース とり肉と野菜の煮物 甘酢和え 
17 こぎつね丼 しそ和え そうめんふしのすまし汁 	18 とり肉のこうじ揚げ ひじきサラダ 大根のみそ汁 	19 すき焼き風煮 信田和え はちみつレモンゼリー 	20 ミルクパン 粉ふきいも たら柠檬風味 チンゲン菜のスープ 	21 セルフキムタクご飯 春雨スープ フルーツ杏仁 
24 トンカツ(ソース) 塩昆布和え みそ風味スープ 	25 親子煮 ツナ和え 味付けのり 	26 しそご飯 おかかサラダ さわらのマヨネーズ焼き 大豆のうま煮 	27 味付けパン わかめスープ ウィンナーソーセージ バンバンジー風サラダ 	28 さばの香味焼き 白菜のおひたし ふのみそ汁 
31 中華丼 しゅうまい 大根ナムル 	<div data-bbox="478 1944 1285 2083" style="background-color: #004a87; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <h2>作ってみよう！ 今月の新メニュー</h2> </div> <div data-bbox="550 2139 1243 2190" style="text-align: center;"> <h3>バンバンジー風サラダ 練りごまでコクUP！！</h3> </div> <div data-bbox="1033 2211 1381 2249" style="text-align: center;"> <p>(小学校中学年の量4人分)</p> </div> <div data-bbox="550 2270 1705 2591" style="list-style-type: none;"> <ol style="list-style-type: none"> ① ささ身(1本)は、酒(小さじ1/2)と塩少々をふり、蒸す。冷めたら細かく裂いておく。 ② キャベツ(80g)とにんじん(1/4本)は千切りにする。 ③ ②ともやし(80g)は、茹でて冷まし、水気を絞る。 ④ きゅうり(1/2本)は千切りにする。 ⑤ 材料を、砂糖(小さじ2)、酢(小さじ1強)、しょう油(小さじ1と1/3)、いりごま(小さじ1と1/3)、豆板醤(少々)、練りごま(小さじ2)で和える </div> <div data-bbox="1659 2353 1995 2412" style="text-align: right;"> <p>福知山市学校給食食育キャラクター 地場たべごろう</p> </div> <div data-bbox="1690 2427 1984 2804" style="text-align: right;">  </div>			

