

月	火	水	木	金
令和6年5月		1 五目ご飯	2 黒糖パン タンドリーチキン	3
		かつおフライ（ソース）	キャベツとコーンのサラダ	
		若竹汁 子どもの日ゼリー	コンソメスープ	
				憲法記念日
6	7 カレーライス	8 とり肉のから揚げ	9 小型パン ペンネのボロネーゼ	10 さばの塩焼き
	スパゲティサラダ	えのきたけの和え物	とうもろこしのスープ	五色和え
	小魚	心のみそ汁	河内晩柑	とり肉と野菜の煮物
振替休日				
13 こぎつね丼	14 マーボー豆腐	15 さけの照り焼き	16 チキンポテトサンドイッチ（コッペパン）	17 たらのしそ揚げ
キャベツのみそ汁	春巻き	塩昆布和え	切干し大根の洋風炒め	かつお和え
黄桃	ミニトマト	高野豆腐の煮物	ピーフンのスープ	すまし汁
				
20 厚揚げのみそ炒め	21 ツナそぼろ丼	22 ホキのオーロラソース	23 味付けパン	24 麦ご飯 シイラの粒マスタード焼き
かんぴょうサラダ	油揚げのみそ汁	春雨サラダ	かぼちゃひき肉フライ	青じそドレッシングサラダ
たぬき汁	カクテルゼリーのフルーツ和え	もずくのスープ	さきいかのサラダ 新玉ねぎのスープ	豆腐のみそ汁
				
27 とり肉のレモン和え	28 関東煮	29 さわらのコチュジャン焼き	30 ミルクパン	31 あじのオニオンソース
ごまだれ和え	たくあん和え	甘酢和え	マカロニのミートグラタン	糸こんにゃくの炒め物
じゃがいものみそ汁	こまツナふりかけ	切干し大根の炒り煮	ポトフ ヨーグルト	そうめんのすまし汁
				写真なし

＊5月の新メニュー 【ペンネのボロネーゼ】

- 材料 ○（2人分）
- ・ペンネ：30g

・玉ねぎ：80g

・豚ひき肉：50g

・ピーマン：10g

・にんじん：30g

・トマトピューレ：30g

・カットトマト：20g

・クッキングワイン（赤）：2g

・ウスターソース：4g

・トマトケチャップ：6g

・粉チーズ：3g

・食塩：少々

・コショウ：少々

・サラダ油：適量

- 作り方 ○
- ① ペンネは茹でておく。玉ねぎは薄切り、にんじんとピーマンは千切りにする。

② 油を熱し、豚ひき肉と野菜を炒める。

③ 調味料を加え炒める。

④ ペンネと粉チーズを加え、食塩とこしょうで味を整え仕上げる。