



月

火

水

木

金

5月

《今月の地元食材》

- ・山の芋
- ・青ねぎ
- ・丹波篠山牛
- ・丹波大納言小豆
- ・玄米
- ・丹波篠山産コシヒカリ（農都のめぐみ米）

1 山菜ごはん・牛乳  
カツオの揚げ照り煮  
チンゲン菜とキャベツの酢の物  
とうふのすまし汁・かしわもち



4

みどりの日



5

こどもの日



6

振替休日



7

パン・牛乳  
ハンバーグ  
みかんサラダ  
ポテトスープ



8

篠山まるごと丼  
牛乳・焼きシシャモ  
小松菜とキャベツのごま和え  
ミニトマト（小中）



11

ごはん・牛乳  
とうふのくず煮  
だし巻きたまご  
もやしの甘酢和え



12

カレーライス・牛乳  
(玄米入りごはん)  
じゃこ豆  
キャベツのアーモンド和え



13

ごはん・牛乳  
ソースカツ  
荳わかめの酢の物  
ゆばのすまし汁



14

パン・牛乳  
焼きメンチカツ  
ごぼうサラダ・大豆のトマトスープ  
チョコクリーム



15

赤飯・牛乳  
アジの塩焼き  
ほうれん草としめじのおひたし  
ぶた汁・青うめゼリー



18

ごはん・牛乳  
そぼろ煮  
手作りカツオふりかけ  
油揚げとキャベツの酢の物



19

昆布ごはん・牛乳  
サケフライ  
切り干し大根のごま和え  
どさんこ汁



20

ごはん・牛乳  
肉みそビーンズ  
ツナとわかめのサラダ  
えのきのすまし汁



21

小揚げパン・牛乳  
たまごとし煮  
ピーマンサラダ  
ミニトマト（小中）



22

ごはん・牛乳  
ぶた肉のしょうが焼き  
キャベツのゆかり和え  
とうふのみそ汁・河内ばんかん



25

ごはん・牛乳  
ミートボールのケチャップ煮  
ひじきサラダ  
ワンタンスープ



26

ごはん・牛乳  
にらじゃが  
手作りサケふりかけ  
わかめのみそ汁



27

ごはん・牛乳  
焼きぎょうざ  
ぶた肉とキムチの炒め煮  
トックスープ



28

小パン・牛乳  
焼きそば  
チキンウインナー  
ヨーグルトサラダ



29

ごはん・牛乳  
サバのごまだれ  
うの花の炒り煮  
たまねぎのみそ汁・甘夏みかん

