



2026年 5月



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					おやこどん あえもの みそしる	しろみさかなの おろしに きりぼしに みそしる
3	4	5	6	7	8	9
						おやつづくり
	おやすみ	おやすみ	<u>かりんずし</u>	ぶたにくの しょうがやき サラダ みそしる	さばの しおやき いりどうふ みそしる	カレーライス サラダ くだもの
10	11	12	13	14	15	16
	しょうじ		へいわこうえん	しょうじ		
	どりの クリームに すのもの みそしる	アジフライ ごまあえ みそしる	ぶたの みそいため サラダ みそしる	カレーの につけ あえもの みそしる	にくどうふ もやいため みそしる	サワラの つけやき チヂミ みそしる
17	18	19	20	21	22	23
		しょうじ	おたのみ			
	さけの あますあん ごもくに みそしる	ハンバーグ サラダ みそしる	カレーの ごまみそに マーボなす きのこじる	とりにくの あまおうゆに サラダ スープ	ホッケの つけやき さんひら みそしる	おこのみやき <u>のひ</u>
24	25	26	27	28	29	30
	6がつのカレンダーづくり			しょうじ	おたのみ	
	ぶたの オスターズに ごますあえ みそしる	あかうおの コテージに ちくせん みそしる	ピピシパ トトリム スープ	さばの みそに にも すまじる	はっほうさい すのもの スープ	サモンフライ サラダ みそしる