

# 5月 献立表

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	
1	15 29	水	ビビンバ 千ヨレギサラダ たまごスープ	米、牛ひき肉、焼き肉のたれ、ほうれんそう、もやし、にんじん、ポン酢、いりごま キャベツ、だいこん、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、にんにく、中華だしの素、いりごま、刻みのり 卵、ねぎ、水、中華だしの素、食塩	牛乳 牛乳 麩ラスク 焼ふ、グラニュー糖、無塩バター
2		木	ごはん こいのほりハンバーグ ジャーマンポテト コンソメスープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、食塩、ナツメグ、パン粉、牛乳、卵、ケチャップ、きゅうり じゃがいも、ベーコン、食塩、油 キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 かぶとのアップルパイ りんご、グラニュー糖、春巻きの皮、油
	16 30	木	ごはん さばの塩焼き ほうれん草の海苔和え 豚汁	米 さば、食塩 ほうれんそう、刻みのり、しょうゆ、砂糖、みりん 豚肉、にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ、ごま油、かつおだし汁、米みそ	牛乳 牛乳 りんごゼリー アガー、グラニュー糖、水、りんご、りんごジュース
	17 31	金	和風スパゲティ 人参と胡瓜の胡麻味噌サラダ コンソメスープ	スパゲティ、ベーコン、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、かつお・昆布だし汁 有塩バター、しょうゆ、にんにく にんじん、きゅうり、ツナ缶、すりごま、砂糖、米みそ、しょうゆ、酢 キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、食塩	牛乳 牛乳 バイクドチーズケーキ クリームチーズ、生クリーム、グラニュー糖 卵、レモン果汁、小麦粉
	18	土	牛丼 きゅうりの昆布あえ わかめのみそ汁	米、牛肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 きゅうり、塩こんぶ カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 フルーツボンチ もも缶、みかん缶
	20	月	ごはん 鶏のから揚げ きゅうりのツナ和え 油揚げのみそ汁	米 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 きゅうり、ツナ缶、マヨドレ 油揚げ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 オレンジ、せんべい オレンジ、せんべい
7	21	火	ごはん 豚肉のしょうが焼き フロッキーのマヨ和え かきたま汁	米 豚肉、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 フロッキー、にんじん、食塩、マヨドレ 卵、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	お茶 麦茶 桃ヨーグルト ヨーグルト、もも缶
8	22	水	ラーメン 千ゲン菜の中華和え バナナ	中華めん、豚肉、キャベツ、にんじん、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、食塩、水 千ゲンサイ、にんじん、ごま油、もやし、しょうゆ、酢、砂糖 バナナ	お茶 麦茶 天かすおにぎり 米、天かす、あおのり、しょうゆ、みりん
9	23	木	ごはん さけの塩焼き れんごんの金平 えのきたけのすまし汁	米 さけ、食塩 れんこん、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、いりごま えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 牛乳 のりマヨトースト 食パン、マヨドレ、あおのり
10	24	金	ごはん 肉じゃが コールスローサラダ 豆腐のみそ汁	米 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ キャベツ、にんじん、食塩、砂糖、酢、マヨドレ 木綿豆腐、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 千千ミ にら、豚ひき肉、米粉、片栗粉、中華だしの素 しょうゆ、水、ごま油、しょうゆ、砂糖
11	25	土	豚丼 さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	米、豚肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、かつお・昆布だし汁 さつまいも、しょうゆ、砂糖、みりん カットわかめ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	お茶 麦茶 オレンジゼリー アガー、水、みかん缶、砂糖、オレンジジュース
13	27	月	ハヤシライス パスタサラダ フルーツボンチ	米、牛肉、たまねぎ、マッシュルーム、油、有塩バター、小麦粉、水、砂糖 トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、洋風だしの素、グリーンピース スパゲティ、ハム、きゅうり、にんじん、食塩、マヨドレ もも缶、パイン缶、みかん缶	牛乳 牛乳 マーマレードケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、卵 グラニュー糖、オレンジジュース、ヨーグルト マーマレードジャム
14	28	火	ごはん 和風ハンバーグ ひじきの煮物 お麩のみそ汁	米 鶏ひき肉、たまねぎ、マヨドレ、片栗粉、砂糖、ごま油、食塩、しょうゆ、みりん、砂糖 ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 焼ふ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	牛乳 牛乳 じゃがいものガレット じゃがいも、チーズ、片栗粉、食塩、油

※延長おやつは、星食べよ・ぼたぼた焼きを提供します。