

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

5月分

給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
2/月	チーズハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ	米 パン粉 マカロニ マヨネーズ じゃがいも	豚ミンチ 牛ミンチ 絹豆腐 チーズ ロースハム	たまねぎ きゅうり にんじん しめじ キャベツ パセリ	揚げ小丸 紫いもチップス 豆乳 りんごジュース
	かみかみ ソイりんご				
6/金	ツナじゃが 切り干し大根の煮物	米 じゃがいも 糸こんにゃく 油 さとう	ツナ 油揚げ	にんじん たまねぎ グリーンピース だいこん しいたけ さやいんげん	ホットケーキミックス 小麦粉 豆乳 あんこ
	蒸しまんじゅう①				
7/土	きつねうどん くだもの	うどん さとう	油揚げ わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ	せんべい
	せんべい				
9/月	春野菜の豆乳コーンチャウダー ササミとほうれん草のサラダ	米 じゃがいも	ベーコン 豆乳 鶏ささみ	にんじん たまねぎ キャベツ コーン ほうれん草 もやし	バナナ or みかん or りんご
	くだもの				
10/火	さわらのレモン風味 ブロッコリーのナムル もずくの中華スープ	米 かたくり粉 油 さとう ごま油 いりごま	さわらの り 木綿豆腐 もずく	レモン(果汁) ブロッコリー にんじん たまねぎ えのき 青ねぎ	ホットケーキミックス たまご さとう バター 豆乳
	豆乳ホットケーキ①②③				
11/水	蒸し鶏の中華あえ わかめスープ	米 油 ごま油	鶏ささみ わかめ	しょうが 青ねぎ きゅうり たまねぎ コーン にんじん もやし えのき	白あん 卵黄 卵白 薄力粉 さとう
	うきしま①③				
12/木	チンジャオロース 豆乳コーンスープ	米 油 さとう かたくり粉	豚肉 ベーコン 豆乳	ピーマン にんじん 赤ピーマン コーン 黄ピーマン パセリ たけのこ たまねぎ しょうが	玄米このは とろべー 豆乳 オレンジジュース
	かみかみ ソイオレンジ				
13/金	鮭の塩焼き じゃがいものサラダ 若竹汁	米 じゃがいも マヨネーズ	鮭 ロースハム 絹豆腐 油揚げ わかめ	きゅうり コーン たまねぎ にんじん たけのこ 青ねぎ	食パン さとう バター 練乳
	シュガートースト①②				
14/土	フォー・ガー チーズ	フォー	鶏肉 のり 豚肉 みそ チーズ	たまねぎ にんじん しいたけ 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
16/月	麻婆豆腐 春雨サラダ	米 かたくり粉 はるさめ ごま油 いりごま	木綿豆腐 豚ミンチ みそ ツナ	にんじん きゅうり ピーマン たまねぎ しいたけ しょうが 青ねぎ	ホットケーキミックス たまご さとう バター オレンジジュース
	オレンジケーキ①②③				
17/火	カレイの竜田揚げ きゅうり昆布 豚肉とニラの中華スープ	米 さとう かたくり粉 油 いりごま	カレイ 塩昆布 豚肉 わかめ	きゅうり にんじん たまねぎ じゃがいも たけのこ ニラ	中華めん もやし うどん ソース 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ
	ちゃんぽん焼き①				
18/水	高野豆腐と野菜の煮物 チャブチェ	米 さとう いりごま ごま油 はるさめ	高野豆腐 鶏肉 ロースハム	たまねぎ 青ねぎ しめじ にんじん しいたけ グリーンピース たけのこ	じゃがいも ツナ かたくり粉 小麦粉 塩 油
	じゃがいもおやき①				

5月分

給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
19/木	スタミナチキン ほうれん草ののり和え 豚肉と野菜のみそ汁	米 さとう こんにゃく	鶏肉 のり 豚肉 みそ	にんにく 青ねぎ しょうが ほうれん草 にんじん たまねぎ だいこん	カルピス 寒天 みかん
	カルピスゼリー②				
20/金	あじのオープンフライ キャベツのゆかり和え みそワントンスープ	米 マヨネーズ 油 ゆかり ワントンの皮	あじ 大豆フレーク 豚肉 みそ	キャベツ ほうれん草 にんじん たまねぎ もやし 青ねぎ	食パン ピザソース チーズ 豆乳 リンゴジュース
	ピザトースト①② ソイりんご				
21/土	野菜ラーメン くだもの	中華めん	豚肉	キャベツ もやし にんじん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
23/月	カレーシチュー ベーコンとキャベツの炒め物	米 油 カレー粉 じゃがいも	牛肉 ベーコン	にんにく キャベツ しょうが コーン たまねぎ にんじん かぼちゃ グリーンピース	ホットケーキミックス たまご さとう バター おから ぎゅうにゅう 豆乳 オレンジジュース
	おからケーキ①②③ソイオレンジ				
24/火	煮魚 ひじきとごぼうの炒め物 パンプキンスープ	米 さとう 油	カレイ ひじき ひらてん 豆乳	ごぼう にんじん グリーンピース たまねぎ かぼちゃ パセリ	ヨーグルト みかん ビスケット
	手作りヨーグルト ビスケット				
25/水	照り焼きチキン ツナとキャベツの和え物 さやえんどうのみそ汁	米 さとう	鶏肉 ツナ 木綿豆腐 わかめ みそ	しょうが キャベツ ほうれん草 コーン たまねぎ にんじん	米 たけのこおにぎりの 素
	たけのこおにぎり				
26/木	グラタン コールスローサラダ オニオンスープ	米 シチュールウ	鶏肉 チーズ ベーコン	たまねぎ コーン にんじん しめじ かぼちゃ パセリ キャベツ	ミニクリームパン
	お楽しみパン①②③				
27/金	鮭のムニエル じゃがいものゴマソテー 豚汁	米 こんにゃく 小麦粉 油 じゃがいも さとう いりごま	鮭 バター 豚肉 木綿豆腐 油揚げ みそ	にんじん だいこん ごぼう 青ねぎ	バナナ or みかん or りんご
	くだもの				
30/月	ボークビーンズ ひじきの煮物	米 じゃがいも 油 こんにゃく さとう	豚肉 大豆 ひじき 油揚げ	さやいんげん にんじん たまねぎ トマト パセリ にんじん しいたけ	米 鮭 青菜ふりかけ
	鮭と青菜のおにぎり				
31/火	さわらのみそ焼き ほうれん草のごまあえ かぼちゃのみそ汁	米 マヨネーズ いりごま	さわら みそ 油揚げ	ほうれん草 にんじん たまねぎ かぼちゃ 青ねぎ	ホットケーキミックス たまご さとう バター ぎゅうにゅう 黒ゴマ
	黒ゴマケーキ①②③				

※アレルギー物質※

- 1、小麦
- 2、乳・乳製品
- 3、卵
- 4、その他