



月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
2・16・30		17・31		18		19		6・20		7・21	
ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ビビンバ丼	米 玄米 合挽肉 人参 ほうれん草 もやし ごま 醤油 三温糖 赤味噌 ごま油 酒	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	きつねうどん	うどん 油揚げ かまぼこ ねぎ 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布
豚肉の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 ビーマン 生姜 醤油 三温糖 酒	鯖の南部焼き	鯖 黒ごま 醤油 三温糖 酒	中華サラダ	きくらげ 糸こんにゃく 玉葱 人参 酢 醤油 三温糖 中華あじ	チキンチャップ	鶏肉 玉葱 エリンギ パプリカ グリンピース ケチャップ ウスターソース コンソメ 三温糖	牛肉のオイスター炒め	牛肉 玉葱 パプリカ キャベツ まいたけ 醤油 三温糖 中華あじ オイスターソース 酒	オレンジ	
マカロニサラダ	マカロニ 人参 胡瓜 マヨネーズ 塩	いんげんの和え物	いんげん しめじ 南瓜 人参 醤油 三温糖	わかめスープ	豆腐 しめじ 人参 わかめ 中華あじ 醤油	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー 玉葱 コーン ツナ 醤油 三温糖	チンゲン菜のじゃこ和え	チンゲン菜 もやし 人参 じゃこ 醤油 三温糖		
じゃが芋の味噌汁	じゃが芋 玉葱 油揚げ 味噌 かつお	茄子の味噌汁	茄子 人参 厚揚げ 玉葱 ねぎ 味噌 かつお	おじゃこ		コンソメスープ	レタス 人参 しめじ コンソメ	ほうれん草の味噌汁	ほうれん草 人参 玉葱 味噌 かつお		
おじゃこ		鶏レバー						6日 ふじ組 遠足	お弁当の日 		
★甘納豆 蒸しパン	甘納豆 小麦粉 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー	甘夏みかん クッキー		★バナナケーキ	バナナ 卵 小麦粉 バター 三温糖 牛乳 ベーキングパウダー	チーズ せんべい		★みたらし団子	白玉粉 醤油 みりん 醤油 三温糖	パイ	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
9・23		24		11・25		12・26		13・27		14・28	
ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	ビーフ カレーライス	米 玄米 牛肉 玉葱 じゃが芋 人参 グリンピース 赤ワイン カレールウ	ごはん	米 玄米	ごはん	米 玄米	鶏わかめうどん	うどん 鶏肉 かまぼこ わかめ ねぎ 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布
豚肉とニラの塩炒め	豚肉 キャベツ まいたけ エリンギ もやし ニラ コンソメ 塩麹 醤油 三温糖 酒	照り焼きハンバーグ	合挽肉 玉葱 人参 しめじ パン粉 塩 醤油 三温糖 みりん	チンゲン菜のサラダ	チンゲン菜 カニカマ キャベツ 人参 醤油 三温糖	鮭のパン粉焼き	鮭 塩 パン粉 粉チーズ パセリ 酒	鶏肉の塩麹焼き	鶏肉 塩麹 酒 スナッフえんどう 醤油	バナナ	
小松菜のボン酢和え	小松菜 しめじ 人参 ボン酢	ひじきの煮物	ひじき アスパラ 人参 油揚げ 醤油 三温糖 かつお	おじゃこ		ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 塩	キャベツの酢の物	キャベツ わかめ もやし じゃこ 酢 醤油 三温糖		
チンゲン菜の味噌汁	チンゲン菜 人参 麩 味噌 かつお	キャベツのすまし汁	キャベツ 玉葱 えのき 醤油 かつお			コンソメスープ	もやし 人参 えのき コーン コンソメ	赤だし	まいたけ 人参 玉葱 赤味噌 かつお		
		おじゃこ				鶏レバー		13日 さく組 遠足	お弁当の日 		
おかき		★ココアクッキー	ココア 卵 小麦粉 三温糖 バター	★みかん寒天	みかん缶 粉寒天 三温糖	★そぼろおにぎり	米 合挽肉 人参 醤油 三温糖 みりん 酒	★じゃがもち	じゃがいも 醤油 三温糖 片栗粉	おかき	
おじゃこ		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	

※献立は都合により変更する場合があります。 ※★マークは手作りおやつです。

【5月10日 花まつり&お誕生感謝会】

- ・ コーンごはん (米・玄米・コーン・塩)
- ・ 鶏肉の唐揚げ (鶏肉・生姜・醤油・三温糖・みりん・酒・片栗粉・油)
- ・ チョレギサラダ (レタス・胡瓜・人参・海苔・酢・醤油・三温糖・中華あじ・ごま)
- ・ トマトスープ (アスパラ・エリンギ・人参・トマト缶・パセリ・コンソメ)

【おやつ】 ・ 柏餅 ・ 甘茶

★5月 旬の食材★

キャベツ アスパラ じゃが芋
レタス ニラ 鯖 甘夏みかん

