


# 献立表

月曜日 1・15・29		火曜日 30		水曜日 17・31		木曜日 18		金曜日 19		土曜日 6・20	
ごはん 豚肉の塩麹炒め	米 玄米 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン たら エリンギ 酒 塩麹 醤油 三温糖	ごはん 鶏肉の五目煮	米 玄米 鶏肉もも 高野豆腐 玉葱 人参 アスパラガス かつお 醤油 三温糖 みりん 酒	ビーフカレー ライス	米 玄米 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリーンピース カレールウ 赤ワイン	ごはん 鮭のバター 風味焼き	米 玄米 鮭 玉葱 人参 しめじ 塩 酒 バター 醤油	ごはん ポテトコロッケ	米 玄米 じゃが芋 合挽肉 人参 玉葱 醤油 塩 酒 小麦粉 パン粉 油	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
小松菜の ゆかり和え	小松菜 もやし パプリカ ゆかり	しろ菜の おかか和え	しろ菜 人参 大根 ちくわ かつお 醤油 三温糖	夏みかんのサラダ	夏みかん キャベツ アスパラガス オリーブ油 三温糖 酢 塩	ひじきの煮物	ひじき 人参 油揚げ 板こんにゃく いんげん 醤油 三温糖 かつお	切り干し大根 ごま和え	切干大根 胡瓜 人参 油揚げ ごま 三温糖 醤油	オレンジ	
かきたま汁	卵 玉葱 チンゲン菜 かつお 醤油	じゃが芋の 味噌汁	じゃが芋 えのき 豆苗 かつお 味噌	2日きく組遠足 2・16日お弁当の日 		豆腐の味噌汁	豆腐 玉葱 小松菜 味噌 かつお	コンソメ スープ	キャベツ マカロニ コーン アスパラガス コンソメ		
★ ツナおにぎり	米 ツナ 塩昆布	2・16・30 ★ ブラウン 蒸しパン	ビスケット 牛乳 ベーキングパウダー	★ ピーチゼリー	ももジュース ゼラチン 三温糖	★ ナポリタン	スパゲティ 玉葱 ピーマン 人参 オリーブ油 ケチャップ 塩	★ わらび餅	わらび餅粉 黒砂糖 きな粉 三温糖	パイ	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
8・22		23		10・24		11・25		12・26		13・27	
豚丼	米 玄米 豚肉 人参 玉葱 しらたき エリンギ 三温糖 醤油 酒 みりん	ごはん チキンピーズ	米 玄米 鶏肉 大豆 玉葱 人参 じゃがいも しめじ 酒 ケチャップ コンソメ グリンピース	牛肉の チャブチェ	牛肉 春雨 人参 筍 玉葱 たら ピーマン 醤油 オイスターソース 酒 三温糖 ごま油	鯖の生姜煮	鯖 酒 三温糖 醤油 生姜	照り焼き ハンバーグ	合挽肉 玉葱 人参 パン粉 片栗粉 醤油 三温糖 酒 塩 みりん	鶏わかめうどん	うどん 鶏肉 わかめ かまぼこ ねぎ 醤油 みりん 三温糖 かつお 昆布
キャベツサラダ	キャベツ パプリカ ツナ コーン 酢 三温糖 オリーブ油 食塩	マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 レタス レモン汁 マヨネーズ	アスパラの 和え物	アスパラガス キャベツ 人参 わかめ 三温糖 醤油	スナップエンドウ	スナップエンドウ 塩	胡瓜の 酢の物	胡瓜 わかめ もやし じゃこ 醤油 三温糖 酢	バナナ	
長芋の味噌汁	長芋 玉葱 豆苗 味噌 かつお	コンソメスープ	チンゲン菜 玉葱 エリンギ コンソメ	中華スープ	人参 玉葱 大根 ねぎ 中華あじ	もやしの ごま和え	もやし 油揚げ 人参 しろ菜 ごま 醤油 三温糖	チンゲン菜の 味噌汁	チンゲン菜 えのき 玉葱 味噌 かつお		
		ふりかけ	かつお 醤油 みりん 酒 三温糖			小松菜の 味噌汁	小松菜 玉葱 じゃが芋 味噌 かつお				
★ キャロット スコーン	人参 卵 小麦粉 バター 牛乳 三温糖 ベーキングパウダー	★ フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 夏みかんピール パイン缶 バナナ 三温糖	10日 ★ いちごジャムパン	いちご 三温糖 レモン汁 強力粉 三温糖 食塩 油 ドライイースト	★ お好み焼き	ちくわ 卵 キャベツ 天かす 小麦粉 かつお お好み焼きソース 青のり かつお節	★ じゃがチーズ	じゃがいも 油 粉チーズ 粉パセリ	せんべい	
牛乳				24日★ コーンマヨパン	コーン マヨネーズ 強力粉 三温糖 食塩 油 ドライイースト	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9日(火)花まつり&お誕生感謝会】

- ・チキンピラフ…(米 鶏肉 ミックスベジタブル 酒 バター コンソメ)
- ・カレイの唐揚げ…(カラスカレイ 酒 塩 片栗粉 油 ケチャップ マヨネーズ)
- ・レタスサラダ…(レタス 胡瓜 人参 ごま油 醤油 三温糖)
- ・コンソメスープ…(いんげん エリンギ 人参 玉葱 粉パセリ コンソメ)

【おやつ】・柏餅 ・甘茶

★5月 旬の食材★

キャベツ アスパラガス 新玉葱  
じゃが芋 夏みかん

