



★ 5月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

	1 水	2 木	3 金	4 土	5 日	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	11 土	12 日	13 月	14 火	15 水
風食	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま キャノーラ油 ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい カットわかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■☆こどもの日☆ ■チキンライス 米 とりにく たまねぎ にんじん ケチャップ マーガリン パイオン しお ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお ■具だくさんスープ だいこん メークイン ウインナー コーン パイオン しお パセリ缶 	<h2 style="font-size: 2em;">憲法記念日</h2> 	<h2 style="font-size: 2em;">みどりの日</h2> 	<h2 style="font-size: 2em;">振替休日</h2>		<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■たららの煮付け たらら しょうが 濃口しょうゆ さとう ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう ■みそしる 淡口しょうゆ さとう はくさい みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚じゃが ぶたにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし きぬさや ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる とうふ カットわかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きゅうり 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 さつまいも だいこん にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレールー パイオン ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■麻婆丼 米 とろろ 豚ひき肉 たまねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい カットわかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の胡麻照り焼き さば しょうが 黒ごま 濃口しょうゆ さとう みりん ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい カットわかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■ポテトサラダ メークイン きゅうり にんじん マヨネーズ しお ■スープ スキヤム パイオン しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ ■春雨の酢の物 春雨 はるさめ きゅうり にんじん ■穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる だいこん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	
風食	<ul style="list-style-type: none"> ■キャロットクッキー こめ粉 にんじん ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 				<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お麩のラスク お麩 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 		
風食	<ul style="list-style-type: none"> ■みそうどん うどん とりにく はくさい にんじん えのき 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう かつおぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポークカレー 米 ぶたにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールー パイオン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■豚肉の生姜焼き 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鮭の塩焼き 秋鮭 しお ■がんと煮 がんと煮 にんじん きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる きゅうり たまねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■チキンカツ とりにく しお こめ粉 かたくり粉 だいご菜 キャノーラ油 ケチャップ ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 とうふ カットわかめ 淡口しょうゆ みりん だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう パイオン しお キャノーラ油 ■ミニポトフ だいこん メークイン ブロッコリー にんじん ウインナー パイオン しお 	<ul style="list-style-type: none"> ■チキンカレー 米 とりにく メークイン 新たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールー パイオン ■コールスローサラダ きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん しいたけ かまぼこ キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■オクラの中華和え おくら にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鯖の生姜煮 さば 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそしる とうふ ほうれん草 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉のポン酢炒め ぶたにく たまねぎ きゅうり にんじん ポン酢 さとう キャノーラ油 しお キャノーラ油 ■オクラのツナ和え おくら にんじん ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそしる はくさい カットわかめ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■もやしの和え物 もやし きゅうり にんじん さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 ふ ごま油 淡口しょうゆ みりん だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■わかめうどん うどん とりにく カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし さとう 淡口しょうゆ みりん ■金平ごぼう ごぼう にんじん ぶたにく ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポークカレー 米 ぶたにく メークイン たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールー パイオン ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ 	
風食	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (ももとパイ缶) もも缶 パイ缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■高野豆腐 高野とうふ さとう ココア とうろゆ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ボンマシマロ ボンマシマロ マシマロ マーガリン ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■いなりにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳 	