

5月 献立表

月	火	水	木	金	土	
					<p>1</p> <p>鯖のカレー竜田焼き 鯖・酒・みりん・しょうゆ・カレー粉・片栗粉</p> <p>筍のそぼろ炒め 豚ミンチ・水煮筍・人参・酒・三温糖・しょうゆ・ごま油・片栗粉</p> <p>ツナマヨ和え じゃがいも・ツナ・玉ねぎ・パプリカ・塩麹・マヨドレ</p> <p>清汁 ほうれん草・大根・とろろ昆布・しょうゆ・塩</p> <p>黒糖蒸しパン オレンジ 牛乳 米粉・BP・黒砂糖・塩・酢・油・豆乳</p>	<p>2</p> <p>肉うどん 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・えのき・ねぎ・乾麺・塩麹・三温糖・しょうゆ・みりん・塩</p> <p>ごま和え チンゲン菜・もやし・人参・ごま・しょうゆ</p> <p>おにぎり りんご かつお・しょうゆ</p>
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	
			<p>鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・酒・三温糖・酢・しょうゆ</p> <p>ごぼうのバルサミコ炒め ごぼう・玉ねぎ・ツナ・バルサミコ酢・三温糖・しょうゆ・オリーブ油</p> <p>のりマヨサラダ ほうれん草・もやし・人参・焼きのり・マヨドレ・しょうゆ</p> <p>清汁 白ねぎ・えのき・鮭・しょうゆ・塩</p> <p>おにぎり オレンジ チーズ コーン・ちりめんじゃこ・酒・塩</p>	<p>白身魚のしそ焼き 白身魚・大根・梅肉・塩麹・みりん・片栗粉</p> <p>大根と厚揚げの煮物 大根・厚揚げ・人参・三温糖・しょうゆ</p> <p>かつお和え スナッペン・えんどう・キャベツ・パプリカ・かつお・しょうゆ</p> <p>みそ汁 さつまいも・玉ねぎ・みそ</p> <p>ごまスコーン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・塩・油・豆乳・黒ごま</p>	<p>ハヤシライス 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・ホールトマト・八丁みそ・三温糖・しょうゆ・片栗粉</p> <p>スープ 春雨・しめじ・白菜・しょうゆ・塩・コンソメ</p> <p>おにぎり りんご ゆかり粉</p>	
11	12	13	14	15	16	
<p>香味そぼろごはん 豚ミンチ・玉ねぎ・人参・ニラ・生姜・酒・三温糖・しょうゆ</p> <p>鮭のごま焼き 生鮭・ごま・酒・みりん・しょうゆ</p> <p>マヨドレ和え ほうれん草・れんこん・人参・マヨドレ・しょうゆ</p> <p>清汁 長芋・もやし・とろろ昆布・しょうゆ・塩</p> <p>ココア蒸しパン 牛乳 小麦粉・ココア・BP・三温糖・塩・酢・豆乳・油</p>	<p>豆腐のねぎみそチーズ焼き 豆腐・ねぎ・チーズ・白みそ・みそ・三温糖・しょうゆ</p> <p>さつまいも煮 さつまいも・三温糖・しょうゆ</p> <p>ツナ和え アスパラ・キャベツ・人参・ツナ・しょうゆ</p> <p>スープ かぶ・玉ねぎ・コーン・しょうゆ・塩・コンソメ</p> <p>みたらしパン 牛乳 食パン・三温糖・しょうゆ・片栗粉</p>	<p>豚肉とごぼうの炒め物 豚肉・ごぼう・ふき・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・油</p> <p>切干大根煮 切干大根・人参・しめじ・三温糖・しょうゆ</p> <p>中華風酢の物 チンゲン菜・もやし・パプリカ・すし酢・酢・しょうゆ・ごま油</p> <p>みそ汁 じゃがいも・わかめ・みそ</p> <p>抹茶ういろう りんご 牛乳 抹茶・米粉・上新粉・三温糖・水</p>	<p>白身魚の生姜あんかけ 白身魚・塩麹・片栗粉・みりん・しょうゆ・生姜・絹さや</p> <p>金時豆煮 金時豆・しょうゆ・三温糖・塩</p> <p>おほかさサラダ 京ラフランス・キャベツ・人参・かつお・マヨドレ・しょうゆ</p> <p>清汁 なめこ・大根・ねぎ・しょうゆ・塩</p> <p>梅ひじきおにぎり オレンジ チーズ ひじき・人参・梅肉・みりん・しょうゆ</p>	<p>鶏肉の磯辺焼き 鶏もも肉・酒・みりん・しょうゆ・青のり</p> <p>じゃこピーマン ピーマン・パプリカ(赤・黄)・つきこんにやく・ちりめんじゃこ・三温糖・しょうゆ・油</p> <p>ゆかり和え 小松菜・えのき・人参・ゆかり粉・しょうゆ</p> <p>みそ汁 厚揚げ・しらす・みそ</p> <p>いもち 牛乳 じゃがいも・塩・片栗粉・三温糖・しょうゆ</p>	<p>豚汁うどん 豚肉・白ねぎ・大根・キャベツ・もやし・乾麺・酒・みりん・三温糖・しょうゆ・油・みそ</p> <p>和え物 ほうれん草・人参・しょうゆ・ごま油</p> <p>おにぎり りんご かつお・しょうゆ</p>	
18	19	20	21	22	23	
<p>炊き込みご飯 ごぼう・人参・しめじ・みりん・しょうゆ</p> <p>鶏肉の甘辛焼き 鶏もも肉・酒・三温糖・しょうゆ・片栗粉</p> <p>ごま和え 水菜・キャベツ・人参・ごま・しょうゆ</p> <p>清汁 大根・玉ねぎ・しょうゆ・塩</p> <p>ヨーグルトケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・ヨーグルト・牛乳</p>	<p>白身魚のオニマヨ焼き 白身魚・玉ねぎ・塩麹・マヨドレ・しょうゆ・パセリ</p> <p>高野豆腐煮 高野豆腐・うすいえんどう豆・人参・三温糖・しょうゆ</p> <p>かつお和え 小松菜・えのき・パプリカ・かつお・しょうゆ</p> <p>みそ汁 長芋・わかめ・豆腐・みそ</p> <p>ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム</p>	<p>豚肉のカレー風味炒め 豚肉・玉ねぎ・セロリ・塩麹・みりん・しょうゆ・カレー粉・油</p> <p>粉ふきいも じゃがいも・青のり・塩</p> <p>こんにやくのナムル風 こんにやく・水菜・もやし・人参・酢・三温糖・しょうゆ・ごま油</p> <p>スープ キャベツ・エリンギ・絹さや・しょうゆ・塩・コンソメ</p> <p>グレープゼリー りんご 牛乳 グレープジュース・三温糖・寒天・水</p>	<p>手羽元の黒酢煮 鶏手羽元・三温糖・しょうゆ・黒酢</p> <p>ひじき煮 ひじき・人参・三温糖・しょうゆ</p> <p>ツナサラダ チンゲン菜・玉ねぎ・人参・ツナ・マヨドレ・しょうゆ</p> <p>みそ汁 かぶ・ほうれん草・油揚げ・みそ</p> <p>鮭おにぎり オレンジ チーズ 鮭フレーク・ごま</p>	<p>鯖の西京焼き 鯖・塩麹・白みそ・みりん・酒・しょうゆ</p> <p>筍の土佐煮 水煮筍・ふき・三温糖・しょうゆ・片栗粉</p> <p>酢の物 小松菜・大根・人参・すし酢・酢・しょうゆ</p> <p>清汁 えのき・もやし・コーン・しょうゆ・塩</p> <p>黒糖ビスケット 牛乳 小麦粉・黒砂糖・塩・油・豆乳</p>	<p>ミートスパゲティ 豚ミンチ・玉ねぎ・エリンギ・人参・ほうれん草・スパゲティ・ホールトマト・塩・ケチャップ・油</p> <p>スープ キャベツ・じゃがいも・しょうゆ・塩・コンソメ</p> <p>おにぎり りんご ゆかり粉</p>	
25	26	27	28	29 お誕生会	30	
<p>切干大根ごはん 切干大根・人参・ツナ・みりん・しょうゆ</p> <p>鶏肉のみそ焼き 鶏もも肉・みそ・みりん・三温糖・しょうゆ</p> <p>ポン酢和え ほうれん草・キャベツ・人参・かぼす果汁・べんり酢・しょうゆ</p> <p>清汁 もやし・玉ねぎ・水菜・しょうゆ・塩</p> <p>ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・いちごジャム</p>	<p>鱈の塩焼き 鱈・塩麹</p> <p>甘辛ポテト じゃがいも・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・ごま油</p> <p>かみかみサラダ ごぼう・アスパラ・玉ねぎ・人参・マヨドレ・しょうゆ</p> <p>みそ汁 豆腐・白ねぎ・しらす・みそ</p> <p>ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ</p>	<p>豚肉の韓国風煮 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・ニラ・生姜・酒・三温糖・しょうゆ・ごま油</p> <p>長芋の磯辺焼き 長芋・三温糖・しょうゆ・青のり</p> <p>しらす和え チンゲン菜・もやし・人参・ちりめんじゃこ・しょうゆ</p> <p>スープ レタス・しめじ・春雨・しょうゆ・塩・コンソメ</p> <p>ゆかりせんべい りんご 牛乳 白玉粉・豆腐・ごま・ゆかり粉・三温糖</p>	<p>かじきまぐろの甘酢あん かじきまぐろ・塩麹・玉ねぎ・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・酢・片栗粉</p> <p>煮浸し 小松菜・人参・油揚げ・みりん・しょうゆ・片栗粉</p> <p>ごま和え じゃがいも・スナッペン・えんどう・パプリカ・ごま・しょうゆ</p> <p>みそ汁 もずく・大根・豆腐・みそ</p> <p>そばろおにぎり オレンジ チーズ 豚ミンチ・酒・三温糖・しょうゆ</p>	<p>サラダずし アスパラ・人参・コーン・ちりめんじゃこ・ツナ・すし酢・塩</p> <p>鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉・塩麹・しょうゆ・マーマレード</p> <p>コールスローサラダ キャベツ・ほうれん草・りんご・パセリ・マヨドレ・すし酢・塩</p> <p>かきたま汁 卵・片栗粉・わかめ・しょうゆ・塩</p> <p>抹茶ケーキ 牛乳 小麦粉・BP・おから・三温糖・油・豆乳・抹茶・酢・塩</p>	<p>肉みそ丼 豚肉・玉ねぎ・しめじ・人参・絹さや・酒・塩麹・みりん・しょうゆ・みそ・片栗粉</p> <p>清汁 小松菜・かぶ・しょうゆ・塩</p> <p>おにぎり りんご かつお・しょうゆ</p>	

乳児の朝おやつ

月 牛乳・せんべい
 火 牛乳・クラッカー
 水 牛乳・ビスケット
 木 牛乳・せんべい
 金 牛乳・クラッカー
 土 牛乳・せんべい