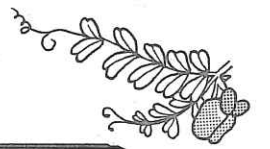


5月の献立表

建国幼・小・中・高等学校



日付	献立	主な材料名
1日(火)	甘酢肉団子 ニラ玉 白菜のお浸し 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮筍 干しいたけ にんにく にら カットきくらげ 人参 卵 白菜 花かつお 豆腐 みつば
2日(水)	ポークのきのこ炒め 卵のポテトサラダ 白菜のごま和え 味噌汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ えのき茸 しめじ キャベツ じゃが芋 卵 白菜 白ごま おつゆ麩 青ねぎ キムチ
7日(月)	十六穀米 ユーリンチー 大根おかかサラダ れんこんの磯香炒め 味噌汁 キムチ	十六穀米 鶏もも肉 白ねぎ 土生姜 にんにく 片栗粉 はちみつ キャベツ 大根 人参 貝割大根 花かつお 金平れんこん 人参 青のり粉 豆腐 わかめ(国) キムチ
8日(火)	白身魚のから揚げトマトソースかけ 蒸し鶏のごまドレ和え ほうれん草のお浸し 野菜スープ	骨なしホキ 片栗粉 玉ねぎ ピーマン キャベツ トマトペースト ホールトマト 鶏むね肉 太もやし 人参 貝割れ大根 ほうれん草 花かつお キャベツ 玉ねぎ 人参 コンソメ
9日(水)	ひじき入りコロッケ マカロニサラダ 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 キムチ	じゃが芋 玉ねぎ 冷コーン 合ミンチ ひじき 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ マカロニ 胡瓜 人参 刻みハム 高野豆腐 (冷)グリーンピース 人参 卵 おつゆ麩 みつば キムチ
10日(木)	豚肉の生姜焼き 厚揚げ煮 ブロッコリーのナムル かき卵汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ 太もやし キャベツ 生姜焼きのタレ 厚揚げ 板こんにゃく(国) 人参 ブロッコリー 白ごま 卵 わかめ(国) キムチ
11日(金)	煮込みハンバーグデミソース風 ジャーマンポテト レンコンサラダ 味噌汁	合ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ マッシュルーム缶 ビーフシチューの素 スパゲティ じゃが芋 玉ねぎ ベーコン オイスターソース 金平れんこん 人参 豆腐 青ねぎ
14日(月)	十六穀米 鶏肉のからあげ ひじきの炒り煮 大根のナムル 味噌汁 キムチ	十六穀米 鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 キャベツ ひじき 人参 うす揚げ 水煮大豆 大根 白ごま 白菜 わかめ(国) キムチ
15日(火)	ヤンニョンフィッシュ がんも煮 キャベツのおかか和え 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 にんにく 土生姜 コチュジャン ミニがんも 南瓜 人参 キャベツ 花かつお 大根 うす揚げ
16日(水)	塩豚じゃが にらともやしの卵炒め いんげんのごま和え 吸い物 キムチ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 青ねぎ にんにく 鶏がらスープ 太もやし にら 干しいたけ 卵 (冷)いんげん 白ごま ソーメン みつば キムチ
17日(木)	鶏肉のチンジャオロース 大学芋 ブロッコリーのマヨ和え 卵スープ キムチ	鶏むね肉 にんにく 片栗粉 水煮筍 玉ねぎ ピーマン オイスターソース 土生姜 さつま芋 はちみつ 黒ごま ブロッコリー 卵 青ねぎ コンソメ キムチ
18日(金)	筑前煮 小えびのかき揚げ 小松菜のお浸し 味噌汁 キムチ	鶏もも肉 (冷)れんこん乱 板こんにゃく(国) ごぼう 人参 (冷)いんげん さつま芋 玉ねぎ むきえび みつ葉 小麦粉 卵 小松菜 花かつお キャベツ うす揚げ キムチ
21日(月)	パン チキンカツ コロコロポテトサラダ ミネストローネ りんごジュース	バターロール 鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 人参 刻みハム マカロニ 玉ねぎ 人参 キャベツ ベーコン ピーマン コンソメ りんごジュース
22日(火)	鯖の韓国煮 南瓜のごま天 ごぼうサラダ 味噌汁 キムチ	鯖 土生姜 大根 コチュジャン 南瓜 小麦粉 卵 黒ごま ごぼう 人参 白菜 青ねぎ キムチ
23日(水)	ビビンバ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし コチュジャン 卵 竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
24日(木)	カレーライス ミモザサラダ 牛乳	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パーモントカレー ジャワカレー インドカレー キャベツ 胡瓜 卵 人参 牛乳
25日(金)	鮭のムニエルタルタル添え ナポリタン ブロッコリーのごま和え 味噌汁 キムチ	骨なし鮭 バター 太もやし 卵 パセリ(乾) スパゲティ 玉ねぎ ピーマン 刻みハム トマトペースト缶 ブロッコリー 白ごま おつゆ麩 青ねぎ キムチ
30日(水)	白身魚の竜田揚げ 炒り豆腐 スパサラ 味噌汁 キムチ	骨なしホキ 土生姜 片栗粉 太もやし 木綿豆腐 人参 干しいたけ 青ねぎ 平天 卵 スパゲティ 胡瓜 人参 刻みハム おつゆ麩 青ねぎ キムチ

都合により献立が変更になる場合があります。

