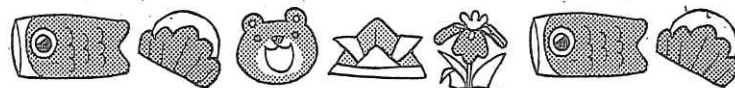


5月の献立表



建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
7日(火)	甘酢肉団子 切干大根の炒り煮 インゲンのナムル 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 干切り大根 人参 (冷)ちくわ (冷)インゲン 白ごま 豆腐 わかめ
8日(水)	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 青ねぎ キムチ
9日(木)	ヤンニョンフィッシュ 高野豆腐の卵とじ 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 太もやし 高野豆腐 (冷)グリーンピース 人参 卵 キャベツ 花かつお 大根 うす揚げ
10日(金)	カレーコロッケ マカロニサラダ がんも煮 味噌汁 キムチ	じゃが芋 玉ねぎ (冷)コーン 合ミンチ カレー粉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ マカロニ 胡瓜 人参 刻みハム ミニがんも 人参 おつゆ麩 みつば キムチ
13日(月)	ポークのきのこ炒め 卵のポテトサラダ 小松菜のごま和え 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 (乾)パセリ 小松菜 白ごま 大根 うす揚げ キムチ
14日(火)	煮込みハンバーグデミソース風 ジャーマンポテト 人参シリシリ 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 人参 ツナ缶 卵 おつゆ麩 わかめ(国)
15日(水)	塩豚じゃが にらともやしの卵炒め いんげんのごまマヨ和え 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 素麺 みつば キムチ
16日(木)	チキンライス 海老フライ ミネストローネ	鶏もも肉 玉ねぎ 人参 (冷)コーン (冷)グリーンピース 海老 (冷)れんこん 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ マカロニ 玉ねぎ 人参 白菜 ベーコン ピーマン
17日(金)	筑前煮 かき揚げ 小松菜のナムル 味噌汁 キムチ	鶏もも肉 (冷)れんこん乱 板こんにゃく(国) (冷)ごぼう 人参 (冷)いんげん さつまいも 玉ねぎ (乾)あみえび みつ葉 小麦粉 卵 小松菜 白ごま キャベツ うす揚げ キムチ
18日(土)	肉わかめうどん ひじきの炊込みご飯	細うどん 牛肉 ごぼう 人参 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 ひじき 人参 うす揚げ
20日(月)	ダッカルビ 炒り卵のえびあんかけ もやしのカレー風味和え 味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 人参 にら キャベツ じゃが芋 にんにく 土生姜 卵 玉ねぎ 干し椎茸 むきえび (冷)グリーンピース 土生姜 片栗粉 太もやし カレー粉 わかめ うす揚げ
21日(火)	鯖の韓国煮 絹揚げと舞茸のポン酢炒め ごぼうサラダ 味噌汁 キムチ	鯖 土生姜 大根 絹揚げ まいたけ 小松菜 ごぼう 人参 白菜 青ねぎ キムチ
22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 膏のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
23日(木)	ちらし寿司 天婦羅 ごま和え 吸物	高野豆腐 人参 干椎茸 ちりめん さくらでんぶ 卵 (冷)グリーンピース 刻みのり ピンク甘酢生姜 えび小 きす 南瓜 卵 小麦粉 太もやし 人参 白ごま 素麺 青ねぎ
24日(金)	鮭のムニエルタルタル添え ナポリタン 茹でブロッコリー 味噌汁	骨なし鮭 バター キャベツ 卵 (乾)パセリ 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 おつゆ麩 青ねぎ
29日(水)	十六穀米 白身魚の竜田揚げ 白和え フライドポテト かき玉汁 キムチ	骨なしホキ 土生姜 片栗粉 太もやし 豆腐 ほうれん草 つきこんにゃく 人参 干しいたけ 白ごま フレンチポテト 卵 青ねぎ キムチ
30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 パーモントカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 卵 人参 牛乳
31日(金)	チキンカツ コロコロポテトサラダ バターコーン 味噌汁 キムチ	鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 人参 ハム (冷)コーン バター 白菜 うす揚げ キムチ

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園 ミンチカツ 三色ナムル 金平れんこん
11日(土) 味噌汁

合挽ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ 大根 人参 ほうれん草
白ごま 金平れんこん 人参 豆腐 青ねぎ

こども園 オムライス 茹で豚のごまドレかけ
28日(火) 野菜スープ

鶏もも肉 玉ねぎ (冷)コーン (冷)グリーンピース 人参 卵 豚肉
太もやし 人参 貝割れ大根 キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃが芋