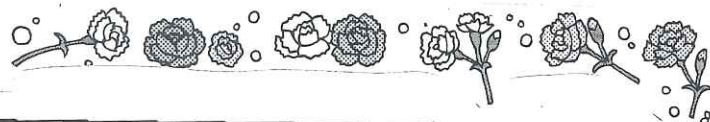




5月の献立表



建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
1日(土)	けんちん風うどん 牛そぼろの混ぜご飯	細うどん 鶏もも肉 大根 人参 うす揚げ つきこん(国) 青ねぎ 出し昆布 牛挽肉 土生姜 牛蒡(国) 人参 みつ葉
6日(木)	ハヤシライス コールスローサラダ卵のせ	牛肉 玉葱 本しめじ じゃが芋 人参 ハヤシルー キャベツ パプリカ(赤) 卵
7日(金)	甘酢肉団子 フライドポテト キャベツとわかめのナムル 味噌汁	豚ミンチ 玉葱 卵 パン粉 玉葱 人参 ピーマン 水煮筍 干椎茸 にんにく (冷)フレンチポテト キャベツ わかめ(国) 豆腐 青ねぎ
10日(月)	ポークレモン風味ソテー ナポリタン 大根ナムル かき卵味噌汁	豚肉 豚バラ肉 玉葱 小麦粉 ポッカレモン キャベツ レモン スパゲティー 玉葱 ピーマン 刻みハム 大根 みつ葉 白ごま 卵 青ねぎ
11日(火)	ヤンニョンフィッシュ ポテトサラダ 白菜ナムル すまし汁	骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 にんにく 土生姜 キャベツ じゃが芋 胡瓜 人参 卵 白菜 白ごま わかめ(国) 青ねぎ
12日(水)	クッパ かき揚げ キムチ	鶏もも肉 豆もやし 大根 人参 水煮筍 干椎茸 卵 青ねぎ にんにく 土生姜 南瓜 玉葱 青ねぎ 小麦粉 卵 キムチ
13日(木)	チキン南蛮タルタル添え ジャーマンポテト 切干大根の炒り煮 味噌汁	鶏むね肉 片栗粉 卵 玉葱 人参 ピーマン 卵 パセリ(乾) キャベツ じゃが芋 玉葱 刻みハム 切干大根 人参 平天 豆腐 青ねぎ
14日(金)	煮込みハンバーグデミソース風 パンプキンサラダ スパソテー 味噌汁	合挽ミンチ 玉葱 卵 パン粉 玉葱 マッシュルーム缶 ビーフシチューの素 南瓜 人参 胡瓜 卵 スパゲティー おつゆ麩 青ねぎ
15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(国) 人参 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 鶏もも肉 ひじき 人参 うす揚げ
17日(月)	カレーライス イタリアンサラダ	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 バーモンドカレー ジャワカレー インドカレー キャベツ 胡瓜 人参 サラダチーズ 黄パプリカ 食パン
18日(火)	十六穀米 ポークきのこ炒め 中華サラダ 南瓜の煮物 味噌汁	豚肉 玉葱 えのき茸 本しめじ キャベツ 春雨 卵 胡瓜 人参 南瓜 大根 青ねぎ
19日(水)	ビビンバ 竹輪の磯揚げ 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 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
20日(木)	ダッカルビ エビ玉炒め 大根の胡麻マヨ和え 味噌汁	鶏もも肉 玉葱 人参 たら キャベツ じゃが芋 にんにく 土生姜 卵 玉葱 干椎茸 むきえび 土生姜 大根 人参 白ごま 南瓜 うす揚げ
21日(金)	散らし寿司 天婦羅 吸い物	高野豆腐 人参 干椎茸 ちりめん さくらでんぶ 卵 刻みのり ピンク甘酢生姜 えび 鶏むね肉 南瓜 卵 小麦粉 素麺 青ねぎ
24日(月)	鮭のハーブ焼き 鶏肉と大根の和え物 フレンチポテト 味噌汁	骨無し鮭 ハーブミックス バター レモン キャベツ 鶏むね肉 大根 胡瓜 人参 白ごま フレンチポテト おつゆ麩 青ねぎ
25日(火)	ケチャップライス チキンカツ ミネストローネ	鶏もも肉 玉葱 人参 本しめじ 鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ マカロニ 玉葱 人参 白菜 青ねぎ
26日(水)	絹揚げ麻婆丼 茹で豚の胡麻ドレかけ 味噌汁	絹揚げ 豚ミンチ 玉葱 青ねぎ 片栗粉 豚肉 キャベツ 人参 貝割れ大根 太もやし わかめ(国)
27日(木)	鶏肉の唐揚げ じゃが芋ひじき煮 大根サラダ 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 キャベツ ひじき じゃが芋 人参 つきこん(国) 大根 花かつお 玉葱 うす揚げ
28日(金)	十六穀米 白身魚の竜田揚げ 挽肉と春雨の炒め物 わかめと胡瓜の胡麻酢和え 味噌汁 キムチ	十六穀米 骨なしホキ 土生姜 片栗粉 キャベツ 春雨 豚ミンチ パプリカ(赤) ピーマン 玉ねぎ 土生姜 わかめ(国) 胡瓜 白ごま 豆腐 青ねぎ キムチ
29日(土)	五目うどん イカ&じゃが芋唐揚げ おにぎり	細うどん すし揚げ 豚ばら肉 白菜 玉葱 人参 干椎茸 青ねぎ 出し昆布 ロールイカ じゃが芋 小麦粉 卵 白ごま

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園		
8日(土)	タコライス ポテトチーズ焼き オニオンスープ	合挽ミンチ 玉葱 キャベツ (冷)コーン カレー粉 玉葱 トマトホール缶 じゃが芋 玉葱 人参 ミックスチーズ 玉葱 人参

こども園		
22日(土)	親子丼 けんちん汁	鶏もも肉 玉葱 青ねぎ 卵 大根 さつま芋 人参 牛蒡(国) (冷)竹輪 うす揚げ 青ねぎ