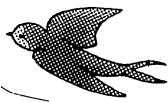


5月の献立表



建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
2日(月)	豚肉生姜焼き フライドポテト チンゲン菜のナムル 味噌汁	豚肉 玉ねぎ キャベツ 土生姜 フレンチポテト チンゲン菜 人参 白ごま わかめ(国) 青ねぎ
6日(金)	鶏肉の唐揚げ ナポリタンスパゲティ 切干大根なます 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵・小麦粉 金平れんこん スパゲティ 玉ねぎ (冷)グリーンピース ポークハム 切干し大根 人参 白ごま おつゆ麩 わかめ(国)
7日(土)	ハヤシライス 春雨ツナサラダ	牛肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 じゃが芋 人参 ハヤシルウ 春雨 人参 (冷)グリーンピース ツナフレーク
9日(月)	醤油ラーメン 野菜と鶏肉のナムル わかめおにぎり	中華そば 焼き豚 太もやし 青ねぎ 醤油ラーメンスープ 鶏むね肉 キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) 白ごま わかめご飯の素
10日(火)	ひじきコロッケ れんこんサラダ 小松菜の和え物 コンソメスープ	じゃが芋 玉ねぎ 豚ミンチ ひじき 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 金平れんこん 人参 胡瓜 ポークハム 小松菜 人参 豆腐 青ねぎ
11日(水)	焼きそば 具だくさん汁 おにぎり	焼きそば 豚パラスライス キャベツ 太もやし 人参 青のり粉 花かつお 大根 人参 さつま芋 うす揚げ 青ねぎ 白ごま
12日(木)	白身魚のフライ ポテトチーズ焼 三色ナムル 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ミックスチーズ 太もやし 人参 小松菜 白ごま えのき茸 わかめ(国)
13日(金)	揚げ鶏の酢豚風 もやしの玉子炒め キャベツのごま酢和え 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 パプリカ(黄・赤) 太もやし 干しいたけ 卵 キャベツ 胡瓜 人参 白ごま おつゆ麩 うす揚げ
16日(月)	鯖の塩焼き 大根のそぼろ煮 キャベツのおかか和え 味噌汁	塩鯖 大葉 大根 豚ミンチ (冷)グリーンピース キャベツ 人参 花かつお 南瓜 青ねぎ
17日(火)	きつねわかめうどん さつま芋の天ぷら 牛そぼろの混ぜごはん	細うどん すし揚げ わかめ(国) 色板 青ねぎ だし昆布 さつま芋 (冷)れんこんスライス 卵 小麦粉 牛ミンチ 土生姜 ごぼう(国) 人参 三つ葉
18日(水)	ハンバーグ スパゲティサラダ 大根ちりめん和え 味噌汁	豚ミンチ 牛ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ スパゲティ 人参 胡瓜 卵 大根 ちりめん 花かつお 豆腐 うす揚げ
19日(木)	二色鶏天 厚揚げ煮 南瓜サラダ 味噌汁	鶏むね肉 青のり粉 黒ごま 小麦粉 卵 キャベツ 厚揚げ 人参 板こんにゃく 南瓜 胡瓜 卵 そうめん 青ねぎ
20日(金)	ピピンパ 竹輪の磯部揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込み竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま だし昆布 キムチ
21日(土)	絹揚げ麻婆丼 茹で豚のごまドレ和え かき玉味噌汁	絹揚げ 豚ミンチ 玉ねぎ 青ねぎ 片栗粉 豚肉 キャベツ 人参 貝割れ大根 卵 わかめ(国)
23日(月)	カレーライス グリーンサラダ	豚肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ バーモントカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤・黄)
24日(火)	チキンカツ マカロニサラダ 若筈煮風 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ マカロニ 人参 胡瓜 卵 わかめ(国) 筈水煮 大根 花麩 青ねぎ
25日(水)	ポークのきのこ炒め 含め煮 春雨の酢の物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ しめじ えのき茸 ピーマン キャベツ 南瓜 高野豆腐 人参 春雨 胡瓜 ポークハム 白ごま 太もやし うす揚げ
26日(木)	肉わかめうどん 炊き込みごはん 漬物	細うどん 牛肉 ごぼう(国) 人参 わかめ(国) 青ねぎ だし昆布 鶏もも肉 しめじ 人参 うす揚げ 黄沢庵
27日(金)	白身魚チリソース フライビーンズ チンゲン菜の磯和え かき玉汁	骨なしホキ 玉ねぎ 土生姜 にんにく 片栗粉 キャベツ 水煮大豆 白ごま チンゲン菜 人参 刻みのり 卵 青ねぎ
30日(月)	キムチチゲ れんこんの挟みフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ たら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 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 14日(土)	中華丼 豆腐サラダ 味噌汁	豚肉 むきえび 色板かまぼこ 白菜 人参 チンゲン菜 きくらげ 片栗粉 豆腐 胡瓜 わかめ(国) ちりめん 玉ねぎ 青ねぎ
こども園 28日(土)	エビピラフ 一口カツ 野菜スープ	むきえび 玉ねぎ しめじ 人参 (冷)グリーンピース パター 豚ロースカツ肉 キャベツ 小麦粉 卵 パン粉 じゃが芋 玉ねぎ 人参
こども園 31日(火)	木の葉丼 蒸し鶏の和え物 にゅうめん	玉ねぎ 色板かまぼこ うす揚げ 卵 青ねぎ 鶏むね肉 太もやし キャベツ わかめ(国) そうめん 大根 人参 青ねぎ