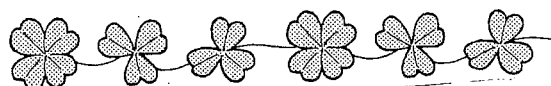


# 5月の献立表



建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
1日(水)	ポークレモン風味ソテー かぼちやの天ぷら 大根なます 味噌汁	豚肉 玉ねぎ 小麦粉 レモン果汁 キャベツ レモン かぼちや 卵 小麦粉 大根 人参 白ごま そうめん 青ねぎ
2日(木)	担々麺 バンバンジー ゆかりおにぎり	中華そば 豚ミンチ 土生姜 白ねぎ チンゲン菜 鶏むね肉 胡瓜 人参 キャベツ ゆかり
7日(火)	キーマカレー マカロニサラダ	豚ミンチ 水煮大豆 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 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 マカロニ ポークハム (冷)コーン (冷)グリーンピース
8日(水)	十六穀米 鯖の竜田揚げ 含め煮 春雨サラダ かき玉味噌汁 キムチ	十六穀米 骨なしさば 土生姜 片栗粉 金平れんこん かぼちや 高野豆腐 人参 春雨 チンゲン菜 人参 卵 青ねぎ キムチ
9日(木)	ハンバーグ フライドポテト ごぼうサラダ 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 スパゲティ ピーマン フライドポテト ごぼう(国) わかめ(国) 人参 白ごま 豆腐 青ねぎ
10日(金)	肉わかめうどん たけのこの炊き込みごはん	細うどん 牛肉 ごぼう(国) 人参 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 水煮たけのこ 本しめじ 人参 うす揚げ
13日(月)	回鍋肉 かぼちやの煮物 ひじきサラダ すまし汁	豚肉 キャベツ 玉ねぎ ピーマン パプリカ(赤) にんにく 土生姜 かぼちや ひじき 大根 ポークハム 胡瓜 わかめ(国) 青ねぎ
14日(火)	揚げ鶏の酢豚風 かまぼこの玉子とじ 白菜の塩昆布和え 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ(黄) 色板かまぼこ 玉ねぎ (冷)グリーンピース 卵 白菜 塩吹き昆布 おつゆ麩 うす揚げ
15日(水)	ピピンパ ちくわの磯辺揚げ 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 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
16日(木)	チキンカツ 厚揚げのそばろあん もやしのごま酢和え 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 厚揚げ 豚ミンチ (冷)グリーンピース 片栗粉 太もやし 人参 白ごま 玉ねぎ うす揚げ
17日(金)	白身魚のチリソース 大根とさつま揚げの煮物 小松菜の和え物 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 大根 さつま揚げ 小松菜 人参 卵 青ねぎ
18日(土)	醤油ラーメン さつま芋とれんこんの天ぷら じゃこおにぎり	中華そば 焼豚 太もやし 青ねぎ さつま芋 (冷)れんこん 卵 小麦粉 ちりめんじゃこ 白ごま
20日(月)	鶏肉のテンジャオロース 和風きのこスパゲティ キャベツの甘酢 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 片栗粉 水煮たけのこ 玉ねぎ ピーマン パプリカ(赤・黄) 土生姜 スパゲティ 本しめじ えのき茸 キャベツ 人参 花麩 青ねぎ
21日(火)	挽肉ガーリック炒飯 いか&じゃが芋の唐揚げ 和風ポトフ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)コーン バター にんにく ロールイカ じゃが芋 小麦粉 卵 ベーコン 大根 玉ねぎ 人参
22日(水)	鶏そばろ丼 じゃこ豆腐サラダ 味噌汁	鶏ももミンチ 玉ねぎ 干しいたけ 人参 卵 紅生姜 土生姜 豆腐 太もやし わかめ(国) 胡瓜 ちりめんじゃこ かぼちや うす揚げ
23日(木)	肉じゃがコロケ れんこんの金平 もやしの磯和え 味噌汁	じゃが芋 玉ねぎ 人参 合挽ミンチ つきこんにやく(国) 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 金平れんこん 人参 太もやし 胡瓜 刻みのり わかめ(国) 青ねぎ
24日(金)	鶏肉の照り焼き 切り干し大根と平天の炒り煮 チンゲン菜のおかかポン酢 味噌汁	鶏もも肉 キャベツ 切り干し大根 平天 人参 チンゲン菜 花かつお 豆腐 わかめ(国)
28日(火)	《パン給食》 パン クリームシチュー 一口カツ りんごジュース	バターロール 鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース 普通牛乳 クリームシチュールウ 豚ロースカツ肉 (冷)れんこん キャベツ 小麦粉 卵 パン粉 りんごジュース
29日(水)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 大根 えのき茸 豆腐 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
30日(木)	カレーうどん 蒸し鶏の中華和え おにぎり	細うどん 豚肉 玉ねぎ 青ねぎ うす揚げ 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 鶏むね肉 太もやし 胡瓜 わかめ(国) 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	11日(土) 親子丼 キャベツのツナ和え 豚汁	鶏もも肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 キャベツ 胡瓜 人参 ツナフレーク 豚肉 大根 人参 ごぼう(国) つきこんにやく(国) うす揚げ 青ねぎ
------	----------------------------	---

こども園	27日(月) 天津飯 茹で豚のごまドレ和え 白菜スープ	卵 玉ねぎ 水煮たけのこ 干しいたけ 片栗粉 むきえび (冷)グリーンピース 豚肉 キャベツ 人参 (冷)コーン 白菜 わかめ(国)
------	--------------------------------	---