

5月度の献立表

日付	献立	主な材料名
1日(金)	豚じゃが キャベツとちくわの磯香炒め 胡瓜とえのき茸のごま酢和え かき玉味噌汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく(国) (冷)グリーンピース キャベツ 煮込みちくわ 青のり粉 胡瓜 わかめ(国) えのき茸 人参 白ごま 卵 おつゆ麩
2日(土)	カレーチャーハン 一口カツ スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 カレー粉 豚ロースカツ肉 (冷)れんこん 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 白菜 人参 青ねぎ
7日(木)	ハヤシライス コーンサラダ 《こどもの日デザート》 フルーツヨーグルト	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 ハヤシルウ キャベツ (冷)コーン 人参 わかめ(国) みかん缶 黄桃缶 無糖ヨーグルト
8日(金)	鶏肉の幽庵焼 ひじき豆 マカロニサラダ すまし汁	鶏もも肉 レモン果汁 レモン キャベツ ひじき 人参 つきこんにゃく(国) 水煮大豆(国) マカロニ ポークハム (冷)コーン (冷)グリーンピース 豆腐 わかめ(国) 青ねぎ
11日(月)	マーボー野菜 フライビーンズ キャベツの甘酢和え スープ	豚ミンチ 玉ねぎ じゃが芋 なす 人参 青ねぎ 片栗粉 水煮大豆(国) 白ごま キャベツ 胡瓜 白菜 豆腐
12日(火)	たけのこの炊き込みご飯 鱈の塩焼き 金平れんこん 小松菜のおかかぼん酢 すまし汁 キムチ	水煮たけのこ 本しめじ 人参 うす揚げ 塩さば 大葉 金平れんこん 白ごま 小松菜 人参 花かつお 豆腐 花麩 青ねぎ キムチ
13日(水)	チキンカツ 白菜と厚揚げの煮物 もやしのゆかり和え 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 白菜 厚揚げ 太もやし 胡瓜 ゆかり粉 玉ねぎ おつゆ麩 青ねぎ
14日(木)	豚の生姜焼き 大根とベーコンのコンソメ煮 ポテトサラダ 味噌汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ ピーマン 人参 パプリカ(黄) キャベツ 土生姜 大根 ベーコン じゃが芋 胡瓜 人参 卵 うす揚げ えのき茸 青ねぎ キムチ
15日(金)	春ちらし 野菜かき揚げ 若竹汁	寿司海老 高野豆腐 人参 干しいたけ 卵 絹さや(国) 刻みのり さくらでんぶ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 小麦粉 卵 水煮たけのこ わかめ(国) 青ねぎ
16日(土)	とんこつ醤油ラーメン いかの唐揚げ わかめおにぎり	中華そば 焼豚 なると巻 太もやし 青ねぎ ロールイカ にんにく 片栗粉 フライドポテト わかめご飯の素
18日(月)	ポークチャップ かぼちゃのごま天 春雨の中華和え 味噌汁	豚肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 ピーマン パプリカ(黄) キャベツ かぼちゃ 小麦粉 卵 黒ごま 春雨 人参 胡瓜 きくらげ 大根 うす揚げ 青ねぎ
19日(火)	キーマカレー ツナサラダ	豚ミンチ 水煮大豆(国) 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 パ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 ツナフレーク 胡瓜 パプリカ(赤) (冷)コーン
20日(水)	親子丼 茹で豚のぼん酢がけ すまし汁	鶏もも肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 豚肉 白菜 胡瓜 人参 そうめん 花麩 青ねぎ
21日(木)	肉じゃがコロケ いかとチンゲン菜の中華風 根菜ナムル 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 つきこんにゃく(国) 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ ロールイカ チンゲン菜 きくらげ 玉ねぎ ごぼう(国) 大根 人参 うす揚げ おつゆ麩 青ねぎ
22日(金)	ピビンパ 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 水煮ぜんまい 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) 青ねぎ 白ごま キムチ
26日(火)	鶏のチリソース バターコーン れんこんのツナひじき和え 味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 土生姜 にんにく 片栗粉 キャベツ (冷)コーン 人参 バター 金平れんこん ツナフレーク ひじき チンゲン菜 玉ねぎ うす揚げ
27日(水)	肉団子の中華あん じゃがバター もやしのカレー醤油和え 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 水煮たけのこ きくらげ 片栗粉 じゃが芋 (冷)グリーンピース バター 太もやし 人参 カレー粉 キャベツ うす揚げ 青ねぎ
28日(木)	回鍋肉 フライドポテト 高野豆腐と青菜の含め煮 すまし汁 キムチ	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく 土生姜 フライドポテト 高野豆腐 小松菜 花麩 えのき茸 青ねぎ キムチ
29日(金)	ヤンニョンフィッシュ 大根とさつま揚げの煮物 もやしとわかめのごまドレ和え キムチスープ	骨なしホキ 片栗粉 にんにく 土生姜 キャベツ 大根 さつま揚げ 太もやし わかめ(国) (冷)コーン 豆腐 にら キムチ
30日(土)	きつねわかめうどん 白身魚&さつま芋の天ぷら おかかおにぎり	細うどん すし揚げ わかめ(国) 色板かまぼこ 青ねぎ 出し昆布 骨なしさわら さつま芋 小麦粉 卵 花かつお

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園	
9日(土)	<p>ジャーマンポテトオムレツ 豚バラ白菜 ピーマンのじゃこ炒め 味噌汁</p> <p>ポークハム じゃが芋 玉ねぎ (冷)グリーンピース 卵 キャベツ 豚バラスライス 白菜 人参 ちりめんじゃこ ピーマン 玉ねぎ おつゆ麩 うす揚げ 青ねぎ</p>
こども園	
25日(月)	<p>ハムと春野菜のスパゲティ 大根のじゃこおかかサラダ おにぎり スープ</p> <p>スパゲティ ポークハム 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ にんにく バター ちりめんじゃこ 大根 胡瓜 人参 (冷)コーン 花かつお 白ごま じゃが芋 本しめじ</p>

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA (レノール酸相当量)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	ナトリウム (食塩相当量)
	kcal	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
学校給食摂取基準 ※	650	22.0 (13~20%)	18.0 (20~30%)	200	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5以上	2未満

※小学生(4年生)
一人1回当たり