



5月 給食献立予定表

行事等	日・曜日	献立名	アレルギー原因物質特定7品目							調味料	栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg)	
			あか		みどり		き					
			1群	2群	3群	4群	5群	6群				
金	17	ごはん							米	米油		768 24.3 27.2 431
		牛乳		牛乳								
		ハヤシライス		豚肉		人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム にんにく 生姜		砂糖	米油	ハヤシブレイク デミグラスソース ケチャップ ワイン 鶏がらスープ 塩 胡椒 ローリエ	
		マゼドアンサラダ					きゅうり とうもろこし	じゃが芋 砂糖	米油		りんご酢 塩 胡椒	
月	20	ペビーチーズ		チーズ								
		玄米ロールパン						パン 玄米				
		牛乳		牛乳								
		チキングラタン		鶏肉		人参	玉ねぎ	じゃが芋 小麦粉 パン粉	バター 米油		鶏がらスープ 塩 胡椒 ワイン	
火	21	コールスローサラダ					キャベツ とうもろこし レモン パインアップル	砂糖	植物油	塩 胡椒 酢	758 30.4 34.6 441	
		ベーコンと野菜のスープ		ベーコン		人参 小松菜	もやし しめじ			ワイン 鶏がらスープ 塩 胡椒 コンソメ		
		セルフィピンバ							米 米油			754 34.0 28.5 319
		ごはん							砂糖	米油	醤油 酒	
肉炒め		豚肉		人参	にんにく 生姜		砂糖	米油	塩			
炒り玉子		卵		小松菜	もやし			ごま ごま油	醤油 塩			
水	22	ナムル										
		牛乳		牛乳								
		ワンタンスープ		豚肉 みそ		人参 チンゲンサイ	玉ねぎ しめじ 生姜	小麦粉 でん粉 砂糖			酒 醤油 塩 胡椒 チンタン 鶏がらスープ	
		中華めん							中華めん			849 31.8 28.0 336
牛乳		牛乳										
肉みそラーメン		豚肉 鶏肉 みそ		人参 チンゲンサイ	キャベツ とうもろこし もやし にんにく 生姜		米油		酒 チンタン 鶏がらスープ ナンパン 中華だし			
春巻き		豚肉		人参	玉ねぎ キャベツ 生姜 椎茸	春雨 小麦粉 米粉	豚脂 菜種油		醤油 塩			
木	23	フルーツの杏仁和え						水あめ 砂糖				
		ごはん						米 米油			780 32.9 29.0 354	
		牛乳		牛乳								
		鱈の薬味ソースがけ		さわら		葉ねぎ 小松菜	生姜 にんにく キャベツ	砂糖 でん粉 砂糖	菜種油 ごま			醤油 酒 りんご酢 醤油
キャベツのごま和え									酒 醤油 塩			
金	24	鶏ごぼう汁		鶏肉 豆腐		人参	ごぼう こんにやく 根深ねぎ		米油	酒 醤油 塩 みりん 削り節		
		ごはん						米 米油			764 35.0 25.8 370	
		牛乳		牛乳								
		手作りおろしハンバーグ		豚肉 豆腐 卵		人参	ソテーオignon 生姜 大根	パン粉				塩 胡椒 ナツメグ 醤油 酒 みりん りんご酢
ひじきと大豆の煮物		油揚げ 大豆		人参	しらたき	砂糖	ごま油		醤油 酒 みりん 和風だし			
月	27	じゃがいものみそ汁		豆腐 みそ		小松菜	もやし しめじ	じゃが芋		削り節		
		黒糖ロールパン						パン 黒糖			749 31.1 33.9 461	
		牛乳		牛乳								
		高野豆腐のかっぱカレー焼き		凍り豆腐 まぐろ		人参	玉ねぎ 枝豆		米油			塩 胡椒 カレー粉 洋風だし
キャベツのイタリアンサラダ					キャベツ きゅうり 玉ねぎ	植物油 砂糖			ノンエッグマヨネーズタイプ			
火	28	コーンクリームスープ		ベーコン		人参 ほうれん草	玉ねぎ とうもろこし	じゃが芋 小麦粉	バター	クリームコーン 鶏がらスープ ワイン 塩 胡椒 洋風だし		
		ごはん						米 米油			740 31.4 28.2 333	
		牛乳		牛乳								
		鱈のネギソースがけ		いわし			根深ねぎ	でん粉 砂糖	菜種油 ごま ごま油			塩 醤油 酒 みりん 胡椒
さつま揚げと野菜の炒め物		さつま揚げ 豚肉			キャベツ エリンギ		ごま油		醤油 塩 胡椒 和風だし			
水	29	かきたま汁		豆腐 卵		人参 ほうれん草	玉ねぎ 椎茸	でん粉		削り節 醤油 酒 塩		
		めまづ茶飯					刻み茶		米 米油	煎茶 酒 塩 昆布だし	775 29.7 28.3 315	
		牛乳		牛乳								
		鶏肉のお茶唐揚げ		鶏肉		煎茶	にんにく 生姜	でん粉	菜種油			醤油 酒 みりん
五目煮豆		大豆		人参	こんにやく ごぼう	砂糖			和風だし 醤油 酒 みりん			
木	30	玉ねぎとえのきのみそ汁		豆腐 みそ		葉大根	玉ねぎ 大根 えのきたけ			削り節		
		ごはん						米 米油			764 30.7 26.7 365	
		牛乳		牛乳								
		しらす焼売		すけとうだら		人参	玉ねぎ キャベツ 生姜	でん粉 砂糖 小麦粉	豚脂			帆立・かきエキス 塩 胡椒
春雨サラダ					キャベツ とうもろこし	春雨 砂糖	ごま油		醤油 米酢			
金	31	麻婆豆腐		豆腐 鶏肉 大豆 みそ		人参	玉ねぎ 椎茸 筍 根深ねぎ にんにく 生姜	砂糖	ごま油	豆板醤 酒 チンタン 醤油 甜面醬		
		ごはん						米 米油			823 33.3 30.9 332	
		牛乳		牛乳								
		太刀魚の唐揚げ		たちうお		小松菜	生姜	でん粉				醤油 酒 みりん
もやしの磯香和え		のり			もやし		菜種油		醤油 みりん			
二	31	高野豆腐と野菜の煮物		凍り豆腐 鶏肉		人参	筍 こんにやく 椎茸 大根 グリンピース	じゃが芋 砂糖		醤油 酒 みりん 和風だし 塩		

☆ 材料などの都合により献立が変更することがあります。御了承ください。