



5月 給食献立表



日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
5/1 (月)	ごはん	米					モチラスク 麩 パター(乳) きび糖 牛乳
	カレイのゆかり焼き		カレイ	ゆかり	酒 醤油 みりん	ブチゼリー	
	切干大根の塩昆布和え			切干大根 人参 塩昆布	醤油 みりん		
	麩のみそ汁	麩		わかめ 人参	みそ		
5/2 (火)	パン	パン(乳)				オレンジ	柏もち風まんじゅう かしわ饅頭 牛乳
	ハンバーグ	パン粉	合挽肉 豆腐 卵 牛乳	玉ねぎ 人参	醤油 砂糖 ケチャップ		
	マカロニサラダ	マカロニ マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり			
	キャベツのスープ			えのき 玉ねぎ キャベツ	コンソメ		
5/3 (水)	憲法記念日						
5/4 (木)	 みどりの日						
5/5 (金)	こどもの日 						
5/6 (土)	ごはん	米				ブチゼリー	菓子パン 北海道ミルクパン(卵・乳) 牛乳
	サケのごま焼き	ごま	サケ		酒 醤油 みりん		
	ひじきの煮物			ひじき 人参	醤油 みりん		
	わかめのすまし汁			わかめ 人参 玉ねぎ	酒 醤油 みりん		
5/8 (月)	パン	パン(乳)				ブチゼリー	ひじきごはん 米 ひじき 人参 油揚げ 醤油 みりん 牛乳
	タンドリーチキン		鶏肉 ヨーグルト(乳)	にんにく しょうが	酒 ケチャップ カレー粉 醤油		
	キャベツとアスパラのコールスローサラダ	マヨネーズ(卵)		キャベツ アスパラ 人参	酢 砂糖		
	人参のスープ			エリンギ 人参	コンソメ		
5/9 (火)	ごはん	米				バナナ	ジャーマンポテト じゃがいも 人参 玉ねぎ ベーコン 粉チーズ(乳) パセリ コンソメ 油 牛乳
	サケの南蛮漬け	油 片栗粉	サケ	玉ねぎ 人参 ピーマン	酒 醤油 酢 砂糖		
	小松菜の煮浸し		ツナ	小松菜 人参 もやし しめじ	醤油 みりん		
	かぼちゃのすまし汁			かぼちゃ 白菜	酒 醤油 みりん		
5/10 (水)	ごはん	米				いちご	バナナケーキ ホットケーキミックス バナナ 卵 牛乳 牛乳
	牛肉の柳川風煮	油	牛肉 卵	ごぼう 玉ねぎ 人参 きぬさや	酒 醤油 みりん		
	きゅうりの梅和え			きゅうり もやし 人参 梅干し	醤油 みりん 砂糖		
	玉ねぎのみそ汁			玉ねぎ しいたけ	みそ		
5/11 (木)	ごはん	米				オレンジ	ヨーグルト ココアヨーグルト(乳) お茶
	カレイのねぎみそ焼き		カレイ	ねぎ	白みそ みりん 醤油 砂糖 酒		
	豆腐サラダ		豆腐 かつお節	ひじき 人参 きゅうり	醤油 砂糖		
	さつまいものすまし汁	さつまいも		大根	酒 醤油 みりん		
5/12 (金)	ごはん	米				りんご	いちごクリームチーズのスコーン 薄力粉 ベーキングパウダー バター(乳) 砂糖 牛乳 クリームチーズ(乳) いちごジャム 牛乳
	ポークカレーライス	米 じゃがいも カレー(乳) 油	豚肉	玉ねぎ 人参 しめじ	酒		
	ごぼうのごまマヨサラダ	マヨネーズ(卵) ごま		ごぼう 人参 きゅうり	醤油		
5/13 (土)	ごはん	米				ブチゼリー	菓子パン メロンパン(卵・乳) 牛乳
	サケの照り焼き		サケ		酒 醤油 みりん 砂糖		
	高野豆腐の煮物		高野豆腐	玉ねぎ 人参	醤油 みりん		
	玉ねぎのすまし汁			えのき 玉ねぎ	酒 醤油 みりん		
5/15 (月)	ごはん	米				オレンジ	うずまきあんこパイ パイシート(乳) こしあん 黒ごま 牛乳
	サワラのにんにく醤油焼き		サワラ	しょうが にんにく	酒 醤油 みりん		
	厚揚げとかぶの煮物		厚揚げ	かぶ チンゲン菜	醤油 みりん		
	キャベツのみそ汁			キャベツ まいたけ	みそ		

日付	献立	熱と力になるもの	血肉骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	フルーツ	おやつ
5/16 (火)	パン	パン(乳)					納豆としらすの混ぜごはん 米 納豆 ごま 青のり しらす 牛乳
	シチュー	シチューミックス(乳) じゃがいも 薄力粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース しめじ			
	人参しりしり	オリーブ油	ツナ	人参 もやし	醤油 みりん		
5/17 (水)	ごはん	米					ツナマヨパン 強力粉 バター(乳) 砂糖 塩 卵 スキムミルク(乳) ドライイースト ツナ 人参 玉ねぎ マヨネーズ(卵) ヤクルト(乳)
	サケの塩焼き		サケ		酒 塩麹		
	和風ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)	かつお節	人参 きゅうり	醤油		
5/18 (木)	ごはん	米					ゼリー ぶどうゼリー バナナ 牛乳
	麻婆春雨	油 春雨 片栗粉	豚挽肉 豆腐	人参 玉ねぎ しいたけ 白ねぎ	酒 みそ 砂糖 醤油 鶏ガラの素		
	アスパラとキャベツのごま炒め	ごま ごま油	卵	アスパラ キャベツ 人参	醤油 みりん		
5/19 (金)	ごはん	米					チーズと人参のカップケーキ ホットケーキミックス 卵 牛乳 バター(乳) 砂糖 クリームチーズ(乳) 人参 牛乳
	肉じゃが	油 じゃがいも 糸こんにゃく	牛肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	酒 醤油 みりん 砂糖		
	ちくわの磯辺揚げ	油 薄力粉	ちくわ	青のり	醤油 みりん		
5/20 (土)	ごはん	米					菓子パン ストロベリーツイスト(卵・乳) 牛乳
	カレーの磯焼き		カレー	青のり	酒 醤油 みりん		
	切干大根の煮物			切干大根 人参	醤油 みりん		
5/22 (月)	ごはん	米					かぼちゃのドロップクッキー かぼちゃ 薄力粉 バター(乳) 卵 ベーキングパウダー 砂糖 黒ごま 牛乳
	カレーの梅焼き		カレー	梅干し	酒 醤油 みりん 砂糖		
	白和え	ねりごま	豆腐	ひじき ほうれん草 人参	白みそ 砂糖 醤油 みりん		
5/23 (火)	冷やしうどん	うどん	豚肉	わかめ 人参 えのき	酒 醤油 みりん		カレーピラフ 米 牛挽肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 コンソメ オリーブ油 牛乳
	きんぴらごぼう	ごま油 ごま		ごぼう 人参	醤油 砂糖 みりん		
	いりこ		いりこ				
5/24 (水)	ごはん	米					ごぼうのからあげ ごぼう 醤油 みりん 片栗粉 油 牛乳
	アジの韓国風焼き	ごま油	アジ	にんにく しょうが	酒 醤油 みりん		
	かぼちゃサラダ	マヨネーズ(卵)		かぼちゃ 人参 きゅうり			
5/25 (木)	牛丼	米 油	牛肉	玉ねぎ 人参 キャベツ	酒 醤油 みりん 砂糖		豆腐マフィン 薄力粉 ベーキングパウダー 豆乳 豆腐 きび糖 油 塩 牛乳
	春雨の酢の物	春雨 すりごま	卵	きゅうり パプリカ	酢 砂糖 醤油		
	なめこのすまし汁			なめこ 白菜	酒 醤油 みりん		
5/26 (金)	ごはん	米					ヨーグルト ソファールヨーグルト(乳) お茶
	和風オムレツ	油	卵 鶏挽肉	玉ねぎ 人参 しいたけ	酒 醤油 みりん		
	のり塩ポテト	じゃがいも		青のり	塩		
5/27 (土)	ごはん	米					菓子パン ミニデニッシュ(アップル) (卵・乳) 牛乳
	サケのしょうが焼き		サケ	しょうが	酒 醤油 みりん		
	ひじきと切干大根の煮物			ひじき 切干大根 人参	醤油 みりん		
5/29 (月)	ごはん	米					もちもちドーナツ ホットケーキミックス 白玉粉 牛乳 油 牛乳
	サケのケチャップソース	片栗粉 ごま油	サケ	玉ねぎ 白ねぎ しょうが にんにく	酒 ケチャップ みりん 砂糖		
	もやしのナムル	ごま油		もやし パプリカ ほうれん草	醤油 砂糖		
5/30 (火)	パン	パン(乳)					クッキー 卵 薄力粉 バター(乳) ベーキングパウダー グラニュー糖 アシドミルク(乳)
	ハンバーグ	パン粉	合挽肉 豆腐 卵 牛乳	玉ねぎ 人参	醤油 砂糖 ケチャップ		
	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵)		人参 きゅうり	醤油		
5/31 (水)	ごはん	米					ミーツバグティ スバグティ 合挽肉 玉ねぎ 人参 オリーブ油 トマト缶 コンソメ ケチャップ 牛乳
	サワラの西京焼き		サワラ		酒 砂糖 白みそ 醤油 みりん		
	オクラとわかめのボン酢和え			オクラ わかめ もやし 人参	酢 砂糖 醤油		
6/1 (木)	ごはん	米					蒸しケーキ 卵 きび糖 生クリーム(乳) 牛乳 バター(乳) 薄力粉 ベーキングパウダー 牛乳
	豚肉と厚揚げの旨煮	油	豚肉 厚揚げ	玉ねぎ 人参 グリンピース	酒 醤油 みりん		
	アスパラとマカロニのサラダ	マヨネーズ(卵) マカロニ		アスパラ 人参 コーン			
6/2 (金)	ごはん	米					菓子パン カスタードリング(卵・乳) 牛乳
	カレーのごまみそ焼き	すりごま	カレー		酒 味噌 みりん 砂糖		
	じゃがいもの煮物	じゃがいも		人参 しめじ いんげん	醤油 みりん		
	えのきのすまし汁			えのき 玉ねぎ ねぎ	酒 みりん 醤油		