

5月 予定献立表

食品群	体内での働き
あか	主に血や肉となり体をつくる
き	エネルギーとなり体を動かす
みどり	体の調子を整える

給食目標：身の回りの清潔に気をつけて食事をしよう！

	月	火	水	木	金
こんだて	 どうして「こいのぼり」をかざるの??		1 牛乳 麦ごはん ハンバーグ(目玉焼き) 野菜サラダ おぼろ汁	2 	3 
あか	「鯉」というお魚はとても強く、流れが速くて強い川でも元気に泳ぎ、暑も登ってしまうお魚です。そんなたくましい鯉のように、子ども達が元気に大きくなることを願うという意味が込められています。		牛乳 豚・鶏・牛ひき肉 卵 絹ごし豆腐		
き			精白米 押し麦 砂糖 パン粉 ドレッシング サラダ油		
みどり			玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ ねぎ 水菜 コーン しいたけ		
こんだて	6 振替休日 	7 牛乳 硬ジューシー ナゲット&ポテト 苦竹汁 かしわ餅(又はゼリー)	8 牛乳 もちきびご飯 きびなご南蛮漬け ゴーヤチャンプルー みそ汁	9 牛乳 ご飯 まぐろカツ 三色きんぴら みそ汁	10 牛乳 もずくそうすい お好み焼き きゅうりのたたき オレンジ
あか		牛乳 ぶた肉 鶏ひき肉 わかめ 花かつお	牛乳 きびなご 豚肉 とうふ 油揚げ 卵 花かつお みそ	牛乳 鶏ひき肉 マグロ 花かつお みそ	牛乳 豚ひき肉 ぶた肉 卵 もずく 花かつお
き		もち米 精白米 じゃがいも サラダ油 ごま油	精白米 もちきび サラダ油	精白米 砂糖 マヨネーズ でん粉 ごま サラダ油	精白米 小麦粉 シママース サラダ油 マヨネーズ
みどり		にんじん しいたけ だけのこ 豆腐 ピース	玉ねぎ ビーマン ゴーヤ 冬瓜	人参 ごぼう 大根 小松菜 いんげん しめじ にんにく	玉ねぎ にんじん 葉っ菜 青のり きゅうり きゃべつ オレンジ
こんだて	13 牛乳 親子丼 五色和え 赤だし	14 牛乳 揚げパン ささみサラダ コンスープ	15 牛乳 ジャジャ麺 わかめスープ バナナマフィン	16 牛乳 もちきびご飯 魁チャンプルー もずく酢 ゆしどうふ	17 牛乳 カレーライス (麦ご飯) 大根漬け プリン
あか	牛乳 とり肉 卵 ハム 油揚げ 花かつお みそ	牛乳 鶏肉 きなこ ミックスビーンズ	牛乳 豚・鶏ひき肉 大豆 わかめ みそ	牛乳 ポーク 卵 もずく 花かつお	牛乳 鶏肉
き	精白米 押し麦 砂糖 サラダ油	コッパパン 砂糖 でん粉 ドレッシング サラダ油	中華めん 砂糖 ごま ごま油 サラダ油	精白米 もちきび 砂糖 サラダ油	精白米 押し麦 じゃが芋 サラダ油 ごま油
みどり	玉ねぎ 人参 きゅうり 水菜 小松菜 もやし しめじ しいたけ コーン	玉ねぎ キャベツ レタス きゅうり えのき茸 ブロッコリー コーン	玉ねぎ 人参 きゅうり 白ねぎ だけのこ しいたけ にんにく	玉ねぎ 人参 キャベツ たら きゅうり ねぎ しょうが	玉ねぎ 人参 大根 ブロッコリー りんご にんにく
こんだて	20 牛乳 ご飯 チキン南蛮(タルタル) 生野菜 みそ汁	21 牛乳 クリームスパゲティー コンソメスープ オレンジポンチ	22 牛乳 ビスキュイトーストパン ブロッコリーサラダ ココロスープ ゼリー	23 牛乳 ご飯 スティック納豆 ポン酢和え とり汁	24 牛乳 もずく丼(麦ごはん) みそ汁 きな粉もち
あか	牛乳 鶏肉 卵 油揚げ 花かつお みそ	牛乳 とり肉 生クリーム	牛乳 たまご ウインナー	牛乳 納豆 鶏肉 昆布 花かつお	牛乳 鶏・豚ひき肉 もずく きな粉 花かつお
き	精白米 でん粉 小麦粉 砂糖 マヨネーズ サラダ油	スパゲティー じゃが芋 オリーブ油 マーガリン	パン じゃが芋 小麦粉 砂糖 パスタ マーガリン ドレッシング オリーブ油	精白米 サラダ油	精白米 春雨 じゃが芋 砂糖 タピオカ粉 でん粉 サラダ油
みどり	玉ねぎ 人参 きゅうり レタス 小松菜 しめじ ピクルス	玉ねぎ にんじん ほうれん草 きゃべつ しめじ みかん 橘 バイン	玉ねぎ 人参 きゅうり ブロッコリー カリフラワー いんげん コーン 果物	かぼちゃ なす オクラ パパイア ごぼう 大根 いんげん 小松菜 しいたけ 生姜	玉ねぎ 人参 小松菜 にんにく 生姜 コーン
こんだて	27 牛乳 汁そば 揚げだし豆腐 和え物	28 牛乳 チャーハン 巻巻き 中華スープ	29 牛乳 ピタパン スラッピージョ グラタン 千切り野菜スープ	30 牛乳 ご飯 ちくわ香味揚げ こぶしら みそ汁	31 牛乳 マーボー丼 春雨スープ 牛乳ゼリー
あか	牛乳 豚肉 かまぼこ 豆腐 豚骨 鶏がら 花かつお	牛乳 豚ひき肉 ベーコン 鮭 たまご	牛乳 豚鶏ひき肉 チーズパウダー	牛乳 ちくわ 昆布 油揚げ 青のり 花かつお みそ	牛乳 豚鶏ひき肉 たまご 木綿豆腐 みそ
き	八重山そば でん粉 砂糖 ドレッシング サラダ油	精白米 巻巻きの皮 サラダ油 でん粉	ピタパン じゃが芋 マカロニ 小麦粉 パン粉 マーガリン	精白米 砂糖 ごま ごま油 サラダ油	精白米 片栗粉 ごま油 春雨 サラダ油
みどり	ねぎ きゅうり 大根 きゃべつ しょうが	玉ねぎ にんじん ビーマン しいたけ 白菜 たら えのき	玉ねぎ にんじん ビーマン キャベツ 白菜 ほうれん草 いんげん	人参 小松菜 ごぼう えのき茸 紅しょうが	玉ねぎ にんじん しいたけ だけのこ 生姜 みかん

◆天候や材料の都合により献立の変更をすることがあります。ご了承下さい