

日	5月1日 (金)	5月7日 (木)	5月8日 (金)	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)
献立名	梅ちりご飯 緑茶 新じゃが芋の味噌汁 黒はんぺんの磯辺揚げ ひじきの煮物	白飯 牛乳 若竹汁 鯖の味噌煮 こんにゃくの炒め煮 柏餅	丸パン 牛乳 リボンマカロニスープ ハムソテーケチャップソース キャベツと卵の炒め物	白飯 牛乳 呉汁 鯖の塩焼き 新たけのこのおなか炒め	白飯 牛乳 中華丼 華風きゅうり 美生柑	グリーンピースご飯 牛乳 和風汁 鯖のねぎ味噌がけ いんげんの梅和え
材料名及び分量 (一人分のグラム数)	梅ちりご飯	白飯	パン	白飯	白飯	グリーンピースご飯
	緑茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 じゃがいも 油揚げ しめじ 味噌 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 新筍 かまぼこ(かぶと型) 若布 豆腐 清酒 食塩 薄口醤油 長ねぎ みつば	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 人参 水 液体スープチキン 食塩 こしょう コーン マカロニ ピーマン	水 削節 大根 人参 油揚げ 里芋 こんにゃく 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	ごま油 豚肉 清酒 生姜 エビ イカ 清酒 人参 筍 キャベツ しいたけ きくらげ うずら卵 なると 水 液体スープポーク中華 食塩 醤油 こしょう オイスターソース 砂糖 澱粉	水 削節 昆布 うずら卵 かまぼこ 人参 白菜 薄口醤油 醤油 みりん 食塩 春雨 あさつき
	黒はんぺん 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	鯖の味噌煮	ハム 油 玉ねぎ 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖	鯖	ごま油 新筍 人参 さつま揚 水 粉かつお 砂糖 みりん 清酒 薄口醤油 いんげん	鯖 生姜 長ねぎ 味噌 みりん 砂糖 水 醤油 すりごま
	水 削節 ごま油 ひじき 人参 さつま揚 枝豆 コーン 砂糖 みりん 醤油 清酒	油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく 人参 しいたけ 醤油 砂糖 みりん いんげん	ベーコン ほうれん草 キャベツ 人参 卵 炒りごま 醤油 食塩		きゅうり 大根 人参 醤油 みりん ごま油 砂糖 生姜 一味唐辛子 炒りごま	いんげん キャベツ 油揚げ 醤油 梅 粉かつお みりん 清酒 砂糖
		柏もち				
					美生柑	

日	5月14日 (木)	5月15日 (金)	5月18日 (月)	5月19日 (火)	5月20日 (水)	5月21日 (木)
献立名	揚げパン 牛乳 春野菜シチュー カラフルソテー アセロラゼリー	白飯 牛乳 けんちん汁 厚揚げのそぼろあんかけ キャベツのゆかり和え	白飯 牛乳 若布スープ チンジャオロース チンゲン菜のミルク炒め	ぶどうパン 牛乳 レタスと卵のスープ ホキのパプリカ揚げ かぼちゃサラダ 和風クリームドレッシング	菜飯 牛乳 ミーバイ汁 厚焼玉子 クーブイリチー	白飯 牛乳 ハヤシライス 春キャベツサラダ フルーツミックス イタリアンドレッシング
材料名及び分量(一人分のグラム数)	コッペパン 油 グラニュー糖 砂糖	白飯	白飯	ぶどうパン	菜飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	牛乳	ごま油 鶏肉 清酒 水 削節 人参 大根 ごぼう しいたけ 里芋 こんにゃく 食塩 醤油 長ねぎ	鶏肉 清酒 玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 豆腐 しめじ 若布 炒りごま 長ねぎ ごま油	油 鶏肉 清酒 水 液体スープチキン 人参 玉ねぎ マッシュルーム コーン 食塩 こしょう 澱粉 卵 レタス	水 削節 大根 鱈 清酒 若布 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 こしょう 清酒 水 液体スープチキン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ハヤシルウ デミソース 中濃ソース ケチャップ 醤油
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン じゃがいも 春キャベツ マッシュルーム アスパラ 牛乳 豆乳 バター 油 小麦粉 食塩 こしょう 生クリーム パセリ	厚揚げ 油 生姜 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ 水 和風だし 醤油 砂糖 みりん 澱粉	油 にんにく 生姜 豚肉 筍 赤ピーマン ピーマン トウバンジャン オイスターソース 食塩 こしょう 澱粉 ごま油	ホキ パプリカ 食塩 こしょう 小麦粉 水 油	厚焼玉子	水 削節 ごま油 豚肉 清酒 しいたけ 人参 油揚げ 昆布 醤油 みりん 砂糖 いんげん
	にんにく ベーコン 新筍 玉ねぎ エリンギ 赤ピーマン 黄ピーマン コーン 食塩 こしょう 醤油	キャベツ きゅうり 人参 水 食塩 和風だし 醤油 砂糖 しそ	油 ハム 人参 マッシュルーム スープストックチキン チンゲン菜 食塩 こしょう 生クリーム 澱粉	かぼちゃ さつまいも 枝豆	水 削節 ごま油 豚肉 清酒 しいたけ 人参 油揚げ 昆布 醤油 みりん 砂糖 いんげん	春キャベツ きゅうり コーン
	アセロラゼリー			和風クリームドレッシング		みかん 桃 りんご カクテルゼリー
						イタリアンドレッシング

日	5月22日 (金)	5月25日 (月)	5月26日 (火)	5月27日 (水)	5月28日 (木)	5月29日 (金)
献立名	白飯 牛乳 湯葉の吸物 味噌チキンカツ 即席漬け	白飯 牛乳 豚汁 きびなごの南蛮揚げ 根菜のごま和え	白飯 牛乳 ポークカレーライス アスパラサラダ ニューサマーオレンジ 玉ねぎドレッシング	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 メバルのレモン風味 切干大根の煮物	中華麺 牛乳 坦々麺スープ エビシューマイ シルバーサラダ 中華ドレッシング	白飯 牛乳 沢煮汁 大豆とじゃこの唐揚げ 豚肉と野菜の味噌炒め
材料名及び分量 (一人分のグラム数)	白飯	白飯	米	白飯	麺	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 かまぼこ しめじ 湯葉 薄口醤油 食塩 長ねぎ 小松菜	水 削節 豚肉 清酒 豆腐 人参 大根 こんにゃく 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃがいも りんご カレールウ カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 味噌 味噌 豆腐 なめこ 長ねぎ	ごま油 にんにく 生姜 豚肉 こしょう 清酒 人参 筍 しいたけ きくらげ 水 液体スープポーク中華 もやし 味噌 トウバンジャン 醤油 長ねぎ 練りごま すりごま 澱粉	水 削節 鶏肉 清酒 人参 しいたけ ごぼう 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ
	チキンカツ 油 水 味噌 醤油 砂糖 みりん 炒りごま 澱粉	きびなご 澱粉 油 ごま油 生姜 長ねぎ 醤油 穀物酢 砂糖 清酒 みりん	アスパラ 春キャベツ きゅうり コーン	メバル 食塩 こしょう 澱粉 油 レモン	油 切干大根 人参 油揚げ しいたけ みりん 削節 水 醤油 砂糖	大豆 澱粉 油 ちりめんじゃこ 醤油 砂糖 みりん 水 炒りごま
	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油	ごぼう れんこん 人参 枝豆 みりん 砂糖 醤油 すりごま	ニューサマーオレンジ	油 切干大根 人参 油揚げ しいたけ みりん 削節 水 醤油 砂糖	エビシューマイ	ごま油 豚肉 清酒 キャベツ 玉ねぎ 人参 液体スープポーク中華 砂糖 醤油 味噌 澱粉
			玉ねぎドレッシング		春キャベツ コーン しらたき	
					中華ドレッシング	