

平成 31 年度 5 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	07	08	09	10	13	14
献立名	白飯 牛乳 沢煮汁 メバルのレモン風味揚げ 昆布の炒め煮	胚芽食パン 牛乳 野菜スープ アジの香草パン粉焼き きのこソテー	白飯 牛乳 豆腐の味噌汁 厚焼玉子 新じゃがのそぼろ煮	白飯 牛乳 ビーンズカレーライス アスパラサラダ ニューサマーオレンジ イタリアンドレッシング	白飯 牛乳 にら玉汁 鯖の塩焼き ひじきの煮物	麦ご飯 牛乳 豚肉のプルコギ丼 野菜の甘酢和え 清見オレンジ
材料名	白飯	胚芽食パン	白飯	白飯	白飯	麦ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 豚肉 清酒 しいたけ ごぼう 人参 大根 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	油 ベーコン 清酒 玉ねぎ 水 冷凍ガラパック 人参 食塩 こしょう 黄ピーマン キャベツ マカロニ	水 削節 人参 豆腐 味噌 味噌 キャベツ 長ねぎ ほうれん草 厚焼玉子	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 ガラムマサラ 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン ひよこ豆 ミックスビーンズ 醤油 ウスターソース ケチャップ デミソース カレールウ 澱粉	水 昆布 削節 人参 筍 冬瓜 食塩 薄口醤油 澱粉 卵 長ねぎ にら	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 しめじ もやし 水 液体スープポーク中華 砂糖 はちみつ 醤油 コチュジャン 長ねぎ にら ごま ごま油
	メバル 食塩 こしょう 澱粉 油 レモン	鰯 パン粉 チーズ ガーリックパウダー バジリコ	水 削節 油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 新じゃがいも 砂糖 みりん 醤油 澱粉 グリーンピース	アスパラガス キャベツ きゅうり コーン	鯖	人参 大根 生姜 穀物酢 食塩 砂糖 薄口醤油
	水 削節 ごま油 筍 昆布 ぜんまい 油揚げ 醤油 砂糖 みりん 人参 いんげん	鶏肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム エリンギ スープストックチキン 食塩 こしょう 醤油 いんげん	ニューサマーオレンジ	イタリアンドレッシング	水 昆布 削節 ひじき れんこん 油揚げ 砂糖 みりん 醤油 枝豆 人参 ごま油	清見オレンジ

平成 31 年度 5 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	15	16	17	20	21	22
献立名	ミルクパン 牛乳 押し麦入りミネストローネ 白身魚のフライ カラフルポテト 卓上ソース	白飯 牛乳 もずくの味噌汁 鶏肉の西京焼き 即席漬け	うどん 牛乳 若竹肉うどんの汁 笹かまの明日葉揚げ 切干大根の五目煮	グリーンピースご飯 牛乳 ゆばの吸物 イカのゆかり揚げ かぶとチンゲン菜の炊いたん	白飯 牛乳 ポークカレーライス 寒天サラダ メロン 和風ドレッシング	若布ご飯 牛乳 春キャベツの味噌汁 焼きシシャモ いんげんのひき肉炒め
材料名	ミルクパン	白飯	うどん	グリーンピースご飯	白飯	若布ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 にんにく 人参 玉ねぎ セロリー 水 チキンブイヨン トマト ケチャップ ローレル 白いんげん豆 ウインナー 食塩 こしょう キャベツ 大麦	水 削節 大根 油揚げ 味噌 味噌 もずく 小松菜 長ねぎ	水 昆布 削節 豚肉 清酒 玉ねぎ 筍 食塩 薄口醤油 若布 長ねぎ 小松菜 ごま油	水 昆布 削節 玉ねぎ かまぼこ 薄口醤油 ゆば 小松菜 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 食塩 こしょう 液体スープチキン 水 じゃがいも りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 しめじ 油揚げ 味噌 味噌 キャベツ あさつき
	白身魚のフライ 油	鶏肉 西京味噌	笹かまぼこ 小麦粉 上新粉 明日葉 水 食塩 油	イカ 小麦粉 上新粉 しそ 水 食塩 油	人参 キャベツ コーン 寒天	シシャモ
	じゃがいも 食塩 油 玉ねぎ 人参 コーン 枝豆 食塩 こしょう バター	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 昆布	水 昆布 削節 ごま油 鶏肉 清酒 切干大根 人参 しいたけ 大豆 しらたき みりん 砂糖 醤油 いんげん	水 昆布 削節 人参 かぶ 油揚げ チンゲン菜 清酒 砂糖 みりん 薄口醤油 食塩	人参 キャベツ コーン 寒天	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 筍 もやし 砂糖 食塩 醤油 コチュジャン 人参 いんげん 澱粉 ごま油
	卓上中濃ソース				メロン	
					和風ドレッシング	

平成 31 年度 5 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	23	24	27	28	29	30	
献立名	白飯 牛乳 五目スープ ホキのチリソース えびと筍の中華炒め	白飯 牛乳 新玉ねぎの味噌汁 鶏肉の照焼きソース お浸し 卓上醤油	白飯 牛乳 新じゃが芋の味噌汁 豆腐ハンバーグおろしソース 煮浸し	白飯 牛乳 卵スープ 酢鶏 いちごゼリー	白飯 牛乳 和風汁 鯖の香味だれ 野菜の白和え風	ごま揚げパン 牛乳 じゃが芋と鶏肉のトマト煮 野菜ソテー	
	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	パン 油 砂糖 砂糖 ごま	
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	ごま油 豚肉 清酒 水 冷凍ガラパック 人参 玉ねぎ うずら卵 なると 醤油 食塩 チンゲン菜	水 削節 玉ねぎ しめじ 味噌 味噌 若布 板ふ あさつき	水 削節 新じゃがいも 玉ねぎ 油揚げ しめじ 味噌 味噌	油 鶏肉 清酒 冷凍ガラパック 水 玉ねぎ 人参 食塩 こしょう 豆腐 コーン 醤油 澱粉 卵 ごま油	水 昆布 削節 人参 大根 生揚げ 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 あさつき	水 昆布 削節 人参 大根 生揚げ 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 あさつき	オリブオイル にんにく 鶏肉 鶏肉 カレー粉 食塩 こしょう 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 液体スープチキン オレガノ トマト トマト ケチャップ じゃがいも バジリコ 砂糖 食塩 醤油 グリーンピース
	ホキ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉	鶏肉 食塩 こしょう 生姜 水 醤油 砂糖 みりん 清酒 澱粉	豆腐ハンバーグ 水 みりん 砂糖 醤油 穀物酢 大根	鶏肉 鶏肉 醤油 清酒 生姜 澱粉 油 油 人参 玉ねぎ 筍 ピーマン しいたけ 砂糖 砂糖 醤油 ケチャップ 穀物酢 澱粉 いちごゼリー	鯖 油 玉ねぎ 砂糖 清酒 水 みりん 醤油 一味唐辛子 澱粉	いんげん 人参 キャベツ 切干大根 こんにやく 砂糖 みりん 醤油 白いんげん豆 ごま ごま	油 にんにく ハム 人参 キャベツ エリンギ 赤ピーマン コーン 醤油 食塩 こしょう
		キャベツ 人参 小松菜 えのき	白菜 人参 もやし 小松菜 みりん 醤油 食塩 粉かつお				
		卓上醤油					
		油 生姜 筍 人参 エリンギ 清酒 オイスターソース スープストックチキン 食塩 こしょう エビ 澱粉					

献立名	31 麦ご飯 牛乳 他人丼 塩きんぴら 河内晩柑					
材料名	麦ご飯 牛乳 油 豚肉 食塩 清酒 玉ねぎ 人参 しいたけ しらたき 豆腐 長ねぎ 水 砂糖 みりん 薄口醤油 澱粉 卵 ごま油 生姜 鶏肉 清酒 ごぼう れんこん 人参 砂糖 みりん 食塩 アスパラガス 河内晩柑					