



5月の献立

日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	Kcal
1日 (金)	さわらカレーパン粉焼き	マカロニサラダ 一口がんも煮付 さつま芋甘露煮 青梗菜中華炒め さわらカレーパン粉焼き フルーツ	ハム がんも さわら チーズ	ご飯 マカロニ 薩摩芋 胡麻 カレーパン粉	青梗菜 椎茸 フルーツ	351
7日 (木)	イカ香味焼き	ミニポテト ミニステーキ 切干大根トマト煮 小松菜ソテー イカ香味焼き フルーツ 黒糖ロール	ハム イカ チーズ	パン 馬鈴薯 香草ミックス	切干大根 ピーマン 小松菜 玉葱	280
8日 (金)	★にこにこ給食★ 鶏肉照焼	麻婆茄子 ブロccoliーおかか和え 蒟蒻煮付 金平蓮根煮 鶏肉照焼 フルーツ	豚挽肉 鯉節 鶏肉	ご飯	茄子 ブロccoliー 蒟蒻 蓮根	329
11日 (月)	エビフライ	ポテトサラダ ウインナー 厚焼玉子 ほうれん草ソテー エビフライ フルーツ	ウインナー 卵 エビ	ご飯 馬鈴薯	玉葱 MIXベジタブル 法連草 黄桃	378
12日 (火)	★にこにこ給食★ タンドリーチキン風	花がんも煮付 半平煮付 胡瓜和風ドレッシング和 え 牛蒡炒め物 タンドリーチキン風 フルーツ	がんも 半平 鶏肉	ご飯 トンテキオイル	胡瓜 コーン 牛蒡 椎茸	328
13日 (水)	さわら南部焼き	人参しりしり プチアメリカンドッグ 枝豆 青梗菜ソテー さわら南部焼き フルーツ	卵 シーチキン 魚肉ソーセージ さわら	ご飯 胡麻	人参 枝豆 青梗菜 玉葱	306
14日 (木)	自分deハンバーガー	カリフラワーサラダ スイートコーン ひとくちイカフライ キャベツブイヨン煮 ハンバーグ ゼリー ハンバーガーパン	イカ 鶏挽肉	パン	カリフラワー 人参 コーン キャベツ	374
15日 (金)	★にこにこ給食★ 自分deタコライス	ひとくち自身磯辺フライ 菜の花煮浸し タコライス フルーツ	タラ 豚挽肉	ご飯	あおさ 菜の花 しめじ ピーマン	364
18日 (月)	★にこにこ給食★ レモンハーブチキン	ラタトゥイユ 星型しんじょ 蒟蒻煮付 小松菜炒め物 レモンハーブチキン フルーツ	豆乳 すり身 鶏肉	ご飯	茄子 蒟蒻 小松菜 レモン	301
19日 (火)	★にこにこ給食★ みそかつ	花切干大根フレーク煮 竹輪煮付 ブロccoliー香り and え 野菜炒め みそかつ ゼリー	シーチキン 竹輪 豚肉	ご飯	切干大根 コーン ブロccoliー 玉葱	346
20日 (水)	オムレツデミグラスソース	カニカマサラダ 三角春巻 フライドポテト オムレツデミグラスソース フルーツ	蟹蒲鉾 卵	ご飯 馬鈴薯 春雨 胡麻油	キャベツ 胡瓜 人参 トマト	359
21日 (木)	マカロニグラタン	人参ドレッシング和え チキンナゲット マカロニグラタン フルーツ	鶏肉 牛乳 ホワイトソース	ご飯 胡麻 マカロニ	人参 コーン 玉葱 パセリ	334
22日 (金)	アメリカンドッグ	ひじき煮付 信田巻 餃子 いんげんコンソメ煮 アメリカンドッグ フルーツ	油揚げ 鶏挽肉 豚挽肉 バター ベーコン ウインナー	ご飯 胡麻油	ひじき 山菜 キャベツ いんげん	345
25日 (月)	イカ揚げ煮	パンプキンビーンズサラダ 半平煮付 大根薄口煮 菜の花ソテー イカ揚げ煮 フルーツ	半平 イカ	ご飯 馬鈴薯	南瓜 MIXベジタブル 大根 菜の花	360
26日 (火)	煮込みハンバーグ	青梗菜ナムル 金平牛蒡 煮込みハンバーグ ひとくちポテト 人参甘煮 フルーツ	鶏肉	ご飯 馬鈴薯 胡麻	青梗菜 コーン 牛蒡 人参	308
27日 (水)	★にこにこ給食★ サーモンフライ	法蓮草お浸し 五目巾着 スナッフエンドウ香り and え コーン炒め物 サーモンフライ ゼリー	油揚げ 鮭	ご飯 春雨	法蓮草 しめじ スナッフエンドウ ヤングコーン	316
28日 (木)	チキングリル	キャベツサラダ 海鮮焼売 厚焼玉子 蓮根ブイヨン煮 チキングリル フルーツ ロールパン	シーチキン すり身 卵 鶏肉	パン	キャベツ 玉葱 蓮根 人参	349
29日 (金)	★にこにこ給食★ ナポリタンスパゲティ	ブロccoliー中華炒め カレーコロケ ナポリタンスパゲティ ウインナー フルーツ	ウインナー	ご飯 馬鈴薯 スパゲティ	ブロccoliー 椎茸 ピーマン マッシュルーム	376

5/15(金)は 自分deタコライス なのでふりかけはおかけ致しません。

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。

(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。