



平成30年度 5月給食よていこんだて



日付	こんだて名			午前おやつ	おやつ	ちからがでる たべもの きいろ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート						
1日 火曜日	ちらし寿司 こどもの日献立		ミニ白身フライ だけのこの煮物 豆腐とねぎのすまし汁 ゼリーアラモード	牛乳 おやつ	マッシュマロ おこし	米、油、砂糖、タルタルソース ゼリーの素、マッシュマロ コンフレック、マカラン	錦糸卵、のり 白身魚フライ、豆腐	きゅうり、ちらしの煮 大根、人参、ねぎ だけのこ、フルーツ缶	みりん
2日 水曜日	ごはん	チーズオムレツ	ミートボール フロッコリーとハムのサラダ 新じゃがとしめじのスープ オレンジ	牛乳 おやつ	フルーツ ヨーグルト	米、油、マヨネーズ じゃが芋、砂糖	卵、ベーコン、肉団子 チーズ、ハム ヨーグルト	玉ねぎ、人参、コーン フロッコリー、キャベツ しめじ、オレンジ、フルーツ缶	ケチャップ コンソメ
3日 木曜日	憲法記念日								
4日 金曜日	みどりの日								
5日 土曜日	こどもの日								
7日 月曜日	ツナとトマトのスパゲティ		れんこんサラダ 卵のスープ キャンディーチーズ	牛乳 りんご	お昼ラスク (ココア)	スパゲティ 麩、マーガリン 砂糖	ツナ、カニカマ わかめ、卵、チーズ ミルクココア	トマト缶、玉ねぎ パセリ粉、れんこん コーン	ケチャップ コンソメ こまドレッシング
8日 火曜日	ごはん 世界の料理 カナダ	サーモングリル	粉ふき芋 卵焼き 玉ねぎとしめじのスープ パイ	牛乳 おやつ	牛乳 マーマレード 蒸しパン	米、マーガリン じゃが芋、ジャム ホットケーキの素	鮭、牛乳 卵焼き	パセリ粉、玉ねぎ しめじ コーン、レモン汁	コンソメ
9日 水曜日	ゆかりごはん あじごはんの日	鶏の磯辺揚げ	ひじき豆 インゲンのエビマヨ和え 切干大根とねぎのみそ汁 ミニトマト オレンジ	牛乳 おやつ	野菜ゼリー	米、油、片栗粉 砂糖、マヨネーズ	鶏肉、青のり、エビ ひじき、大豆、油揚げ ゆかり粒、野菜ジュース	主菜、人参、インゲン、ねぎ 切干大根、トマト、オレンジ ゆかり粒、野菜ジュース	みりん
10日 木曜日	マーボー豆腐丼		焼売 ニラもやし炒め 春雨と椎茸の中華スープ りんご	牛乳 おやつ	ウインナー 蒸しパン	米、片栗粉、砂糖 春雨、油 ホットケーキの素	豆腐、豚肉、みそ 焼売、ウインナー 鶏肉、牛乳	ねぎ、生姜、もやし 椎茸、ニラ、大根葉 人参、りんご	中華スープ
11日 金曜日	レーズンロール パンの日	肉団子のトマト煮	スマイルポテト インゲンとコーンのサラダ ほうれん草と玉ねぎのスープ バナナ	牛乳 おやつ	わかめ おにぎり	パン、マヨネーズ スマイルポテト 米	肉団子 炊き込みわかめ	南瓜、人参、玉ねぎ トマト缶、インゲン コーン、ほうれん草、バナナ	コンソメ
12日 土曜日	コーンピラフ		きゅうりの塩昆布和え フロッコリーのスープ 黄桃缶	牛乳 おやつ	おやつ	米、油	鶏肉、塩昆布	コーン、人参、フロッコリー 玉ねぎ、グリーンピース、もやし 大根、胡瓜、黄桃缶	コンソメ
14日 月曜日	ごはん	肉みそ野菜炒め	人参のツナ和え ハムステーキ 麩とわかめのすまし汁 プチゼリー	牛乳 おやつ	フライビーズ	米、砂糖、油 麩、片栗粉	鶏肉、ハムステーキ ツナ、みそ、わかめ 大豆、プチゼリー	キャベツ、れんこん 人参、玉ねぎ ピーマン、大根	みりん
15日 火曜日	春野菜入りちゃんぽんラーメン 種の日		ちくわの天ぷら フロッコリーのおかか和え りんご	牛乳 おやつ	牛乳 黄桃ケーキ	中華麺、油 小麦粉、砂糖 ホットケーキの素	豚肉、ちくわ かつお節、牛乳	キャベツ、人参 チンゲン菜、フロッコリー りんご、黄桃缶	ちゃんぽんスープ
16日 水曜日	麦ごはん	白身魚の煮付け	アスパラとベーコンのソテー 小松菜の和え物 大根と椎茸のみそ汁 バナナ	牛乳 オレンジ	チーズパイ スティック	米、押麦、砂糖 パイシート、油	ホキ、ベーコン みそ、粉チーズ	生姜、人参、小松菜 アスパラガス、大根 椎茸、しめじ、バナナ	
17日 木曜日	ハヤシライス		ミニコロッケ コールスローサラダ 乳酸菌飲料	牛乳 おやつ	フルーツポンチ	米、ハヤシライス 油、コロッケ	豚肉 乳酸菌飲料	人参、玉ねぎ、コーン マッシュルーム缶、キャベツ グリーンピース、フルーツ缶	ケチャップ フレンチドレッシング
18日 金曜日	ごはん	チキンケチャップ	スパゲティソテー 南瓜サラダ フロッコリーとコーンのスープ オレンジ	牛乳 おやつ	ドーナツ	米、砂糖、油 マヨネーズ、スパゲティ ホットケーキの素	鶏肉、ツナ 牛乳	玉ねぎ、南瓜、にんにく 胡瓜、フロッコリー、キャベツ コーン、人参、オレンジ	ケチャップ コンソメ
19日 土曜日	親子丼		切干大根の煮物 里芋と絹さやのみそ汁 白桃缶	牛乳 おやつ	おやつ	米、砂糖 里芋	鶏肉、卵、油揚げ みそ	玉ねぎ、グリーンピース 切干大根、人参 絹さや、白桃缶	
21日 月曜日	コーンごはん	タラの竜田揚げ	れんこんのそぼろ炒め 卵焼き 大豆とごぼうのみそ汁 パイ	牛乳 おやつ	黒ごまクッキー	米、片栗粉、油 砂糖、ごま、バター ホットケーキの素	タラ、鶏肉 大豆、みそ 卵焼き、牛乳	コーン、生姜、れんこん 人参、ごぼう ほうれん草、パイ	みりん
22日 火曜日	ごはん	豚もやし炒め	高野豆腐の含め煮 ちくわの磯辺揚げ えのきとわかめのみそ汁 オレンジ	牛乳 おやつ	ストロベリー ババロア	米、油、砂糖	豚肉、高野豆腐、みそ わかめ、ちくわ磯辺揚げ 牛乳、ババロアの素	キャベツ、人参 もやし、グリーンピース えのき、オレンジ	みりん
23日 水曜日	ごはん	鶏のパン粉焼き	人参グラッセ 大根サラダ かきたま汁 りんご	牛乳 バナナ	牛乳 ジャムサンド	米、パン粉、油 パン、いちごジャム 砂糖	鶏肉、卵 牛乳	パセリ粉、大根 人参、きゅうり 玉ねぎ、りんご	和風ドレッシング
24日 木曜日	しらすチャーハン		春巻き チンゲン菜のスープ オレンジ	牛乳 おやつ	フルーチェ	米、油 フルーチェの素	しらす、春巻き わかめ、牛乳	コーン、玉ねぎ 人参、グリーンピース チンゲン菜、オレンジ	中華スープ
25日 金曜日	焼き立てコーンパン とバターロール 年長バイキング	新じゃがのミート煮	ミニオムレツ ツナサラダ 玉ねぎと絹さやのスープ バナナ	牛乳 おやつ	なめし おにぎり	パン、じゃが芋、油 マヨネーズ 米	ミートソース、豚肉 ツナ、ミニオムレツ バナナ	玉ねぎ、グリーンピース 大根、人参、絹さや バナナ、菜飯の素	ケチャップ ウスターソース コンソメ
26日 土曜日	きつねうどん 種の日		こんにやくの金平 さつまいもの天ぷら みかん缶	牛乳 おやつ	おやつ	うどん、ごま油 砂糖、さつまいも 小麦粉、こんにやく	かまぼこ 味付け油揚げ	人参、小松菜 みかん缶	うどんつゆ みりん
28日 月曜日	ごはん おたんじょう会	タンドリーチキン	フライドポテト ごぼうサラダ コーンクリームスープ りんご	牛乳 おやつ	黄桃 ヨーグルト	米、砂糖、油 カットポテト クリームスープの素	鶏肉、ヨーグルト 牛乳、青のり	人参、コーン、ごぼう りんご、黄桃缶	カレー粉 ケチャップ こまドレッシング
29日 火曜日	ごはん	とんかつ	フロッコリーのゴマ炒め キャベツのゆかり和え ミニトマト もやしと揚げのみそ汁 パイン	牛乳 オレンジ	牛乳 抹茶蒸しパン	米、油、砂糖 ごま ホットケーキの素	とんかつ 油揚げ みそ、牛乳	フロッコリー、玉ねぎ、もやし トマト、キャベツ、人参 ゆかり粒、パイ、抹茶	ウスターソース
30日 水曜日	ごはん	八宝菜	チンゲン菜のナムル ハムステーキ わかめスープ プリン	牛乳 おやつ	南瓜のおやき	米、片栗粉、油 ごま、ごま油 砂糖	豚肉、エビ、豆腐 わかめ、牛乳	キャベツ、もやし 人参、絹さや、椎茸 チンゲン菜、ねぎ、南瓜	中華スープ みりん
31日 木曜日	石狩丼風 日本の郷土料理 北海道		里芋の煮物 豆腐とねぎのすまし汁 りんご	牛乳 おやつ	れんこん チップス	米、油、砂糖 里芋	サケフレーク、卵 豆腐	ほうれん草 人参、ねぎ りんご、れんこん	みりん

※材料の都合により献立を変更する場合があります。