

《 5月給食・舎食献立予定表 》

		朝食	昼食	夕食			朝食	昼食	夕食
1	木	ご飯 みそ汁 ハムソテー ほうれん草の昆布和え キャベツ炒め	桜えびとお茶ご飯 牛乳 みそ汁 巣ごもり卵 肉とれんこんのみそ炒め グレープフルーツ	ご飯 モロヘイヤスープ タンドリーチキン チョレギスパ 添え野菜 洋風おでん	16	金	ご飯 みそ汁 ミートボール なめたけ和え れんこんの中華炒め	豚ごぼう丼 牛乳 みそ汁 大根の梅和え オレンジ	
2	金	ご飯 みそ汁 青じそ入りつくね アーモンド和え みずの油炒め	中華丼 牛乳 キャベツと卵のスープ 春巻き パイン		17	土			
3	土				18	日			ご飯 みそ汁 ミートボールチリソース煮 カレー味のマカロニサラダ たらこふりかけ
4	日				19	月	ご飯 みそ汁 ソーセージソテー アーモンド和え すき昆布の煮物	麦ご飯 牛乳 みそ汁 にしんみそ煮 漬物 グレープフルーツ がんもの含め煮	しょうゆラーメン 肉ギョウザ チョレギサラダ フルーツ杏仁
5	月				20	火	ご飯 みそ汁 いわししょうが煮 小松菜のおかか和え 豚肉と糸こんの炒め物	ご飯 牛乳 呉汁 厚焼き卵 こんにやくの白和え オレンジ	ガパオライス ゲーンチュート ヤムウンセン ヨーグルトトレーズン
6	火				21	水	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ キャベツの塩昆布和え カリフラワーカレー煮	かき揚げうどん 牛乳 たご焼き 添え野菜 ブレンヨーグルト	ご飯 みそ汁 たらみそマネーズ焼き 添え野菜 オレンジ 鶏肉のおろし煮
7	水	ご飯 みそ汁 ソーセージ炒め 小松菜の辛子和え 高野豆腐の含め煮	カレーうどん 牛乳 牛肉入りコロッケ トマト バナナ	ご飯 肉団子汁 ぶり照り焼き 即席漬け 五目きんぴら	22	木	ご飯 納豆 みそ汁 玄米入りつくね 添え野菜 なすのみそ炒め	ピビンバ 牛乳 もずくスープ 海鮮シュウマイ グレープフルーツ	ご飯 とうもろこしのかき玉汁 和風チキンソテー 添え野菜 ケチャップスパ ジャーマンポテト
8	木	ご飯 みそ汁 フィレオチキン ほうれん草のごま和え ひじきの五目煮	ご飯 牛乳 白菜とたららのスープ 野菜とわかめの豆乳寄せ ポテトサラダ 卵ふりかけ オレンジ	ご飯 ブレンヨーグルト わかめスープ 和風おろしハンバーグ 人参グラッセ 大豆もやしと小魚サラダ	23	金	ご飯 みそ汁 野菜とわかめの豆乳寄せ ほうれん草のツナ和え きんぴらごぼう	食パン チョコクリーム 牛乳 パイン せん切りスープ ハムカツ 添え野菜 ラタトゥイユ	鶏そぼろ丼 みそ汁 野菜ののり酢和え 大学芋
9	金	ご飯 納豆 みそ汁 コーンシュウマイ 添え野菜 ツナ野菜炒め	ピザトースト ジョアブルーベリー 野菜スープ ミートオムレツ 添え野菜		24	土	ご飯 みそ汁 フィレオチキン もやしのゆかり和え キャベツ炒め		
10	土				25	日			
11	日			ご飯 もずくめかぶ みそ汁 メンチカツ いんげんとコーンのソテー 根菜のみそ煮	26	月			ハッシュドポーク こんにやくサラダ レモンヨーグルト
12	月	ご飯 みそ汁 ちくわ甘辛煮 ブロッコリーのおかか和え 荳わかめ炒め	ご飯 牛乳 もやしとにらのスープ キャベツ入りつくね 添え野菜 グレープフルーツ マーボーなす	きつねうどん 厚焼き卵 かぼちゃコロッケ キャベツのわさびマヨ和え	27	火	ご飯 のり佃煮 みそ汁 ハムソテー 添え野菜 高野豆腐の含め煮	麦ご飯 牛乳 みそ汁 いわしみぞれ煮 ほうれん草のごま和え 筑前煮 キウイ	ご飯 荳わかめスープ チリコンカン サラダスパゲティ マンゴープリン
13	火	ご飯 味付けのり みそ汁 ウインナー 添え野菜 れんこんきんぴら	ご飯 牛乳 すまし汁 キウイ ほっけ甘塩焼き 白菜のお浸し ふろふき大根	《お誕生会》 バターライス ケーキ 豆と白菜スープ チーズハンバーグ 添え野菜 ポトフ	28	水	ご飯 みそ汁 ちくわ甘辛煮 アーモンド和え もやしのカレー炒め	スパゲティカルボナーラ 牛乳 いか団子スープ いちご杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 みそチキンカツ 添え野菜 ゆかりスパ 大根の炒め物
14	水	ご飯 みそ汁 ます塩焼き ピーナッツ和え 豚肉と白菜炒め	ご飯 牛乳 とんこつラーメン 牛乳 野菜ギョウザ レモンヨーグルト	ポークカレー 大根と海藻サラダ メープルビーンズ バナナ	29	木	ご飯 みそ汁 さんまかば焼き 小松菜ともやしのお浸し メンマ炒め	ご飯 牛乳 春雨スープ オレンジ ハンバーグ 揚げないフレンチポテト 温野菜サラダ	ご飯 にらたまスープ マーボー豆腐 かぼちゃシュウマイ キャベツのナムル
15	木	ご飯 みそ汁 目玉焼き ほうれん草ののり和え 大豆もやし炒め	ご飯 ジョアマスカット わかめ卵スープ 鶏肉のメキシカンソース添え 添え野菜 メキシカンサラダ	ご飯 みそ汁 いわしフライ カリフラワー甘酢漬け なすの煮浸し	30	金	ご飯 みそ汁 若竹信田煮 野菜の酢みそ和え もやしの中華炒め	ひき肉カレー ジョアブレン コーンサラダ	
					31	土			