5月の献立

日付	曜日	献　立	材料			調味料
			赤	黄	緑	
1	木	チリコンライス	ぶた肉　大豆　高野豆腐	じゃが芋　油　米　小麦粉	玉ネギ　人参　コーン缶　にんにく	トマトピューレ　コンソメ　中濃ソース　トマトケチャップ　塩　砂糖　こしょう
・		ポトフ風スープ	とり肉		玉ネギ　人参　キャベツ	コンソメ　塩　醤油
15		切干しフレンチサラダ	ツナ缶　しらす	油	切干し大根　人参　きゅうり　キャベツ	醤油　マヨネーズ　砂糖　酢
		ツナと小松菜のパスタ	ツナ缶　塩昆布	スパゲティ　油	小松菜　人参	塩　こしょう
		牛乳	牛乳			
2	金	ごはん		米		
・		肉団子スープ	とり肉	春雨　片栗粉	ねぎ　生姜　にんにく　白菜　人参　玉ねぎ　しめじ	みそ　みりん　酒　鶏ガラ　醤油
16		サバのみぞれ煮	サバ	片栗粉	大根　しょうが	酒　砂糖　みりん　醤油　油　酢
		ひじき煮	ひじき　油揚げ	しらたき	人参　さやいんげん	砂糖　醤油　みりん　だし汁
		メロンパン風	牛乳	ホットケーキミックス　バター		砂糖　グラニュー糖
		牛乳	牛乳			
7	水	ごはん		米		
・ 21		みそ汁			切干し大根　人参	だし汁　みそ
		ひじき入りつくね	とり肉　豆腐　ひじき　高野豆腐	片栗粉　パン粉	玉ネギ　しょうが　長ネギ	醤油　塩　酒　みりん　砂糖
		鉄骨納豆	納豆　桜エビ　しらす　のり	油	人参　小松菜	醤油
		きなこクリームサンド	豆乳　きな粉	リーフパン		砂糖　塩
		牛乳	牛乳			
8	木	リーフパン		リーフパン		
・		ぶた肉とカボチャのチャウダー	ぶた肉　脱脂粉乳	油　小麦粉	カボチャ　人参　玉ネギ　コーン缶	コンソメ　塩
22		コロコロサラダ	チーズ　しらす	油	きゅうり　キャベツ　人参　大根	酢　砂糖　塩
		レバー入りドライカレー	ぶた肉　豚レバー　大豆	米　油　片栗粉	しょうが　にんにく　玉ネギ　人参　ピーマン　レーズン	塩　カレー粉　コンソメ　トマトピューレ　トマトケチャップ　砂糖　酒
		牛乳	牛乳			
9	金	ごはん		米		
・		すまし汁			小松菜　もずく　じゃが芋	だし汁　塩　醤油
		サケの西京焼き	サケ			みそ　みりん　酒　醤油
23		煎り高野豆腐	高野豆腐　とり肉	油	人参　玉ネギ　さやいんげん	砂糖　醤油　塩
		ココアオートミールクッキー		小麦粉　オートミール　コーンフレーク　バター		砂糖　メープルシロップ　ココア
		牛乳	牛乳			
10	土	ハヤシライス	ぶた肉	米　油	玉ネギ　マッシュルーム缶	ハヤシルウ　トマトピューレ　砂糖　コンソメ
・		コンソメスープ			キャベツ　玉ネギ　人参	コンソメ　塩　醤油
24		ブロッコリーとちくわのサラダ	ちくわ	油	ブロッコリー	酢　塩　砂糖
		おせんべい		おせんべい		
		お茶				
12	月	ごはん		米		
		コンソメスープ			キャベツ　玉ネギ　人参	コンソメ　塩　醤油
		とりのカレー粉焼き	とり肉		にんにく	塩　マヨネーズ　カレー粉　醤油
		ツナマカロニサラダ	ツナ缶　大豆	マカロニ	きゅうり　人参　玉ねぎ	マヨネーズ　塩
		じゃこぱん	しらす　チーズ	リーフパン	ピーマン	マヨネーズ　こしょう
		牛乳	牛乳			
13	火	ごはん		米		
		高野豆腐の中華スープ	高野豆腐		玉ネギ　豆苗	鶏ガラ　醤油　塩
		チャプチェ風	ぶた肉	春雨	しょうが　玉ネギ　人参　にら　えのき	みそ　醤油　砂糖　鶏ガラ　ごま油　ごま
		中華風かぼちゃサラダ	豆乳		かぼちゃ　きゅうり　人参　玉ネギ	醤油　鶏ガラ　ごま油　ごま
		スイートポテト	豆乳	さつま芋　油		砂糖　メープルシロップ
		牛乳	牛乳			
14	水	ごはん		米		
		かぶと竹輪のスープ	豆乳　ちくわ		かぶ　かぶの葉　コーン缶	コンソメ　塩
		とりの香草パン粉焼き	とり肉	パン粉	パセリ　バジル	塩　こしょう　酒
		ヒジキサラダ	大豆　ひじき	油	きゅうり　人参	酢　砂糖　醤油
		ちんびん	豆乳	ホットケーキミックス　油		いちごジャム
		牛乳	牛乳			