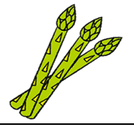
R7　5月の給食献立表　今月のお野菜は「アスパラガス  」です

日（曜日）	12 月	26 月	13・27 火	14・28 水	1・15・29 木	2・16・30 金	17・31 土	19 月	20 火	7・21 水	8・22 木	9・23 金	10・24 土
昼食	【ピラフ】 七分つき米 豚ひき肉・たまねぎ カレー粉・コーン 洋風出し・塩 【チキンカツ】 鶏むね肉・小麦粉 パン粉・油 ケチャップ 【アスパラの三色サラダ】 グリーンアスパラガス にんじん・じゃがいも コーン・ツナ・酢 砂糖・塩・油 【スープ】 キャベツ・にんじん えのきたけ・塩 洋風出し	【ごはん】 七分つき米 【チキンカツ】 鶏むね肉・小麦粉 パン粉・油 ケチャップ 【アスパラの三色サラダ】 グリーンアスパラガス にんじん・じゃがいも コーン・ツナ・酢 砂糖・塩・油 【スープ】 キャベツ・にんじん えのきたけ・塩 洋風出し	【グリンピースご飯】 七分つき米 グリンピース こんぶ・酒・塩 【さけの西京焼き】 さけ・白みそ みりん・砂糖 【卯の花】 おから・鶏ひき肉 ねぎ・にんじん 油・しょうゆ・酒 砂糖 かつお・昆布だし汁 【そうめん汁】 そうめん・にんじん 小松菜・しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【マーボー豆腐】 木綿豆腐・ねぎ 豚ひき肉・しょうが 挽きわり納豆 にんじん・油 みそ・しょうゆ・砂糖 片栗粉 【ベイクドじゃが】 じゃがいも 油−塩・パセリ粉 【コーンスープ】 コーン・洋風出し クリームコーン グリーンアスパラガス 塩	【ごはん】 七分つき米 【豚肉のすき焼き風煮物】 豚肉・たまねぎ はくさい・ねぎ しょうゆ・みりん えのきたけ・砂糖 【アスパラのかき揚げ】 さつまいも・にんじん たまねぎ・コーン グリーンアスパラガス てんぷら粉・油 【みそ汁】 じゃがいも・みそ 油揚げ・わかめ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ミートボール】 鶏ひき肉・たまねぎ にんじん・塩・油 片栗粉・砂糖 ウスターソース ケチャップ 【ほうれん草と油揚げのお浸し】 にんじん・ほうれんそう 油揚げ・しょうゆ かつお・昆布だし汁 みりん 【すまし汁】 木綿豆腐・キャベツ しょうゆ・塩 カットわかめ かつお・昆布だし汁	【焼きそば】 焼きそばめん 豚肉・酒・もやし キャベツ・にんじん たまねぎ・油 中濃ソース 青のり 【ブロッコリー】 ブロッコリー マヨネーズ 【バナナ】 バナナ 	【肉みそうどん】 うどん・にんじん 豚ひき肉・油 たまねぎ・酒 砂糖・片栗粉 ピーマン・みそ 【アスパラの炒め物】 豚肉・塩・しょうが たまねぎ・にんじん 油・しょうゆ・みりん グリーンアスパラガス	【じゃこまぜご飯】 七分つき米 しらす干し・ねぎ しょうゆ・油 かつお節 【厚揚げのそぼろ煮】 油・れんこん・にんじん 豚ひき肉・生揚げ かつおだし汁 砂糖・しょうゆ 【パスタサラダ】 スパゲティ・きゅうり キャベツ・にんじん マヨネーズ・塩 ケチャップ 【みそ汁】 かぼちゃ・みそ ねぎ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【さつまいもコロッケ】 油・さつまいも たまねぎ・豚ひきにく こむぎこ・パン粉 油 【きゅうりの甘酢和え】 きゅうり・にんじん 鶏ささみ・酢・砂糖 カットわかめ しょうゆ 鶏ささみ・酢・砂糖 カットわかめ しょうゆ 【すまし汁】 鶏もも肉・大根 チンゲンサイ しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【鶏の海苔焼き】 鶏もも肉・しょうが にんにく・しょうゆ みりん・砂糖 塩・片栗粉・油 焼き海苔 【コールスローサラダ】 キャベツ・にんじん 酢・砂糖・塩 マヨネーズ 【みそ汁】 じゃがいも たまねぎ 油揚げ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ハヤシライス】 油・豚肉 たまねぎ・にんじん じゃがいも グリンピース ハヤシルウ 【切干大根の旨煮】 切り干しだいこん にんじん・油あげ しょうゆ・砂糖・みりん かつお・昆布だし汁	【三色どんぶり】 七分つき米 鶏ひき肉・油 しょうが・しょうゆ みりん・砂糖 にんじん・ほうれんそう 【キャベツのおかか和え】 キャベツ・きゅうり にんじん・しょうゆ かつお節 【みそ汁】 切り干しだいこん たまねぎ・みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁
おやつ	【りんごケーキ】 りんご・干しぶどう 小麦粉・砂糖・油 ベーキングパウダー 粉砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【りんごケーキ】 りんご・干しぶどう 小麦粉・砂糖・油 ベーキングパウダー 粉砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【チヂミ】 キャベツ・にら たまねぎ・豚ひきにく 小麦粉・片栗粉 しょうゆ・鶏だし・油 【にぼし】 【牛乳】	【人参ドーナツ】 にんじん・小麦粉 無塩バター・砂糖 ベーキングパウダー レモン果汁・油 【にぼし】 【牛乳】	【ラスク】 食パン バター 砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【昆布おにぎり】 七分つき米 こんぶ佃煮 焼きのり 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【豆腐揚げボール】 木綿豆腐・キャベツ しらす干し・米粉 かつお節・塩 油・中濃ソース 青のり 【にぼし】 【牛乳】	【ジャム蒸しパン】 小麦粉・豆乳 ベーキングパウダー 油・砂糖 いちごジャム 【にぼし】 【牛乳】	【ツナマヨサンド】 食パン・ツナ キャベツ マヨネーズ 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【棒チーズ】 【バナナ】 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】

※【にぼし】は幼児のみです