

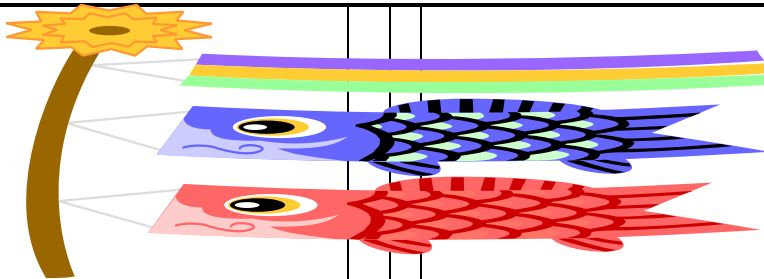



| 日  | 曜 | 献立          | 材料  | 日  | 曜 | 献立       | 材料  | 日  | 曜 | 献立               | 材料   | 日     | 曜 | 献立          | 材料  |
|--|---|-------------|---|----|---|----------|---|----|---|------------------|--|-------|---|-------------|---|
|  <h1 style="text-align: center;">5月のこんだてひょう</h1>  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  | 1     | 金 | ごはん         |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | みそ汁         | じゃがいも・玉葱・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し                   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | ピリッとチキン     | 鶏肉・酒・上白糖・唐辛子・にんにく・ごま油・醤油・いりごま             |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | もやしのリテー     | もやし・ベーコン・塩・こしょう・油                         |
| 4  | 月 |             |  | 6  | 水 |          |   |    |   | 7                | 木  | ココアパン |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | ふわふわスープ     | じゃがいも・玉葱・人参・ベーコン・卵・チーズ・パン粉・コンソメ・パセリ       |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | メンチカツ       | 国産豚肉メンチカツ(豚、小麦、大豆)・油                      |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | えだまめサラダ     | えだまめ・キャベツ・コーン・ゴマドレッシング(小麦、大豆、豚、鶏、ゼラチン、ごま) |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | ごはん         |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | 具だくさんみそ汁    | 豚肉・玉葱・ごぼう・キャベツ・しめじ・ねぎ・にんにく・生姜・味噌・削り節・昆布   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | いわしの生姜煮     | (小麦、大豆)                                   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   |                  |  |       |   | じゃがいもの辛味噌炒め | じゃがいも・人参・豚肉・ごま油・にんにく・酒・三温糖・醤油・味噌・豆板醤      |
| 11   | 月 | ポークカレーライス   | 米・豚肉・玉葱・人参・マーガリン・スキムミルク・カレールウ・りんご・にんにく・ソース  | 12 | 火 | 五目うどん    | うどん・豚肉・人参・玉葱・大根・椎茸・油揚げ・ちくわ・ほうれん草・ねぎ・みりん・醤油・酒・昆布・削り節                                 | 13 | 水 | ごはん              |  |       |   |             |   |
|  |   | 鶏肉のごま風味サラダ  | 鶏肉・きゅうり・もやし・いんげん・ごま・三温糖・ごま油・酢・豆板醤・醤油・塩  |    |   | コーンソテー   | コーン・ウインナー・ピーマン・油・塩・こしょう   |    |   | みそ汁              | キャベツ・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 名古屋風唐揚げ          | 鶏肉・塩・こしょう・酒・でんぷん・油・醤油・みりん・三温糖・にんにく・豆板醤                         |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | はるさめサラダ          | はるさめ・きゅうり・ハム・ごま・三温糖・醤油・ごま油・酢                                   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | コッパパン            |  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ホワイトシチュー         | 豚肉・塩・こしょう・玉葱・人参・油・バター・小麦粉・スキムミルク・牛乳・コンソメ・鶏ガラスープ                |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ウインナーソテー         | ウインナー・ケチャップ・ソース  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 野菜炒め             | キャベツ・もやし・人参・ピーマン・ベーコン・油・コンソメ・塩・こしょう                            |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | すき焼きライス(混ぜごはん)   | 米・豚肉・人参・玉葱・しらたき・油・醤油・三温糖・みりん                                   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | いももち団子汁          | いももち団子・豆腐・油揚げ・大根・ごぼう・人参・ねぎ・味噌・煮干し                              |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 卵焼き              | (卵)  |       |   |             |   |
| 18   | 月 | かき揚げ丼       | 米・野菜かき揚げ(小麦、大豆)・油・天丼のたれ(小麦、大豆、豚、牛)  | 19 | 火 | トマトスパゲティ | スパゲティ・オリーブ油・豚肉・玉葱・人参・コーン・パセリ・マーガリン・ケチャップ・トマトベースソース・トマトジュース・コンソメ・塩・こしょう・三温糖          | 20 | 水 | ごはん              |  |       |   |             |   |
|  |   | みそ汁         | 豆腐・油揚げ・ねぎ・味噌・煮干し  |    |   | フルーツクリーム | 桃缶・ミカン缶・リンゴ缶・ホイップクリーム(乳、大豆)   |    |   | みそ汁              | 大根・人参・油揚げ・味噌・煮干し   |       |   |             |   |
|  |   | キャベツと豚肉の炒め煮 | 豚肉・キャベツ・人参・油・酒・みりん・三温糖・醤油・味噌・ごま油  |    |   |          |   |    |   | チーズチキン           | 鶏肉・三温糖・にんにく・醤油・粉チーズ・パン粉・パセリ・バター・オリーブ油                          |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ふきの煮物            | ふき・さつま揚げ・しらたき・油・みりん・三温糖・醤油・ごま・唐辛子・ごま油                          |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ナン               | (小麦)   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | カレーシチュー          | 豚肉・玉葱・人参・コーン・マーガリン・スキムミルク・牛乳・カレールウ・コンソメ・こしょう                   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 国産ポークのハンバーグ      | (大豆、豚)   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 野菜サラダ            | キャベツ・きゅうり・ブロッコリー・サウザンアイランドドレッシング                               |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 二色ごはん            | 米・鶏肉・酒・三温糖・醤油・油・いり卵(卵、大豆)                                      |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | みそ汁              | もやし・えのき・ねぎ・味噌・煮干し  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ぶりから大根           | 大根・人参・さつま揚げ・こんにゃく・三温糖・酒・醤油・唐辛子・油                               |       |   |             |   |
| 25   | 月 | ハヤシライス      | 米・豚肉・玉葱・人参・マッシュルーム・マーガリン・ハヤシルー・デミグラスソース・ソース・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・こしょう               | 26 | 火 | 味噌ラーメン   | ラーメン・豚肉・生姜・にんにく・もやし・玉葱・白菜・人参・ねぎ・味噌ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)・ごま・とうがらしだし[豚骨、鶏骨、人参、玉ねぎ、ねぎ、昆布] | 27 | 水 | ごはん              |  |       |   |             |   |
|  |   | くずし豆腐のサラダ   | 豆腐・キャベツ・コーン・ゴマ・ドレッシング(小麦、大豆、りんご、豚、鶏)  |    |   | コロッケ     | 野菜コロッケ(小麦)・油  |    |   | みそ汁              | 水菜・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 鯖味噌煮             | (大豆、さば)  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | じゃがいものそばろ煮       | じゃがいも・豚肉・玉葱・人参・しめじ・生姜・にんにく・油・三温糖・醤油・味噌                         |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 黒糖パン             |  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 野菜スープ            | 玉葱・ベーコン・人参・えのきだけ・白菜・コンソメ・醤油・塩・こしょう                             |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ミラノ風カツレット        | 豚肉・塩・こしょう・小麦粉・卵・牛乳・粉チーズ・パン粉・油                                  |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | つけ合わせ            | ブロッコリー・PMヨ   |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 中華風だけのごはん(混ぜごはん) | 米・豚肉・油揚げ・だけのこ・椎茸・人参・ねぎ・にんにく・ごま油・醤油・酒・コンソメ・三温糖・塩・こしょう・中華スープストック |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | 卵スープ             | 卵・ベーコン・人参・ほうれん草・醤油・コンソメ・塩・こしょう・でんぷん                            |       |   |             |   |
|  |   |             |   |    |   |          |   |    |   | ぎょうざ             | (小麦、大豆、卵、乳、鶏、豚、ごま)   |       |   |             |   |