

# 5月のこんだてひょう

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料				
6	木	ココアパン		7	金	ごはん		6	木	人参ポターージュ	人参ペースト・玉葱・パセリ・クリームコーン・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・油・塩・こしょう・生クリーム	7	金	みそ汁	みずな・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し				
		ハンバーグ	(大豆、豚)			みそ汁	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			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			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				
10	月	ラッキー人参カレー	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	11	火	きつねうどん	きつねもち(大豆、小麦)・うどん・豚肉・人参・ねぎ・椎茸・みりん・醤油・唐辛子・昆布・削り節	12	水	中華風 たけのこごはん(ませごはん)	米・豚肉・油揚げ・たけのこ・椎茸・人参・ねぎ・にんにく・ごま油・醤油・酒・コンソメ・中華スープストック・三温糖・塩・こしょう	13	木	豚丼	米・豚肉・酒・醤油・でんぶん・油・醤油・酒・みりん・三温糖・でんぶん				
		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)			コーンソテー	コーン・ウインナー・ピーマン・油・塩・こしょう			豆腐のスープ	豆腐・ねぎ・豚肉・酒・油・塩・コンソメ・醤油・こしょう			みそ汁	キャベツ・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し				
						春巻き	中華春巻き(小麦、大豆、鶏)・油			カレーブルスト	ウインナー・カレー粉・ケチャップ			たたききゅうり	きゅうり・三温糖・醤油・酢・ごま油・ごま				
						手羽元のガーリック風味	手羽元・塩・こしょう・にんにく・オリーブ油・レモン汁			ジャーマンポテト	じゃがいも・ベーコン・玉葱・パセリ・シュレットチーズ・油・塩・こしょう			ごはん					
17	月	ごはん		18	火	塩ラーメン	ラーメン・豚肉・もやし・人参・ねぎ・塩ラーメンスープ(小麦、乳、大豆、豚、鶏、りんご)・こしょう・ラード だし[豚骨、鶏骨、人参、玉ねぎ、ねぎ、昆布]	19	水	二色ごはん	米・鶏肉・酒・三温糖・醤油・油・いり卵(卵、大豆)	20	木	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	21	金	具だくさんみそ汁	豚肉・玉葱・人参・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
		みそ汁	大根・人参・油揚げ・味噌・煮干し			手羽元のガーリック風味	手羽元・塩・こしょう・にんにく・オリーブ油・レモン汁			ふきのみそ汁	ふき・油揚げ・味噌・煮干し			まるごとグラタン	(乳、小麦、卵、大豆、豚)				
		いわしの生姜煮	(小麦、大豆)			スープパグティ	スパゲティ・人参・玉葱・しめじ・ベーコン・パセリ・オリーブ油・バター・にんにく・コンソメ・塩・こしょう			おかかあえ	キャベツ・もやし・醤油・かつお節			じゃがいもベーコン炒め	じゃがいも・ベーコン・バター・パセリ・塩・こしょう				
		肉じゃが	豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・しらたき・油・みりん・三温糖・醤油			フルーツクリーム(バイン缶入り)	桃缶・みかん缶・りんご缶・バイン缶・ホイップクリーム(乳、大豆)			ごはん				黒糖パン					
24	月	ずき焼きライス(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	25	火	フルツクリーム(バイン缶入り)	桃缶・みかん缶・りんご缶・バイン缶・ホイップクリーム(乳、大豆)	26	水	白玉汁(味噌)	白玉もち・豆腐・油揚げ・大根・人参・ねぎ・味噌・煮干し	27	木	メンチカツ	鶏肉・酒・上白糖・唐辛子・にんにく・ごま油・醤油・いりごま	28	金	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
		みそ汁	もやし・えのきだけ・ねぎ・みそ・煮干し							ビリッとチキン	鶏肉・酒・上白糖・唐辛子・にんにく・ごま油・醤油・いりごま			ツナサラダ	大根・きゅうり・わかめ・ツナ・醤油・三温糖・マヨネーズ				
		卵焼き	(卵)							五目きんぴら	豚肉・ごぼう・人参・ピーマン・しらたき・さつま揚げ・油・みりん・三温糖・醤油			アスパラベーコン	アスパラ・ベーコン・コーン・バター・塩・こしょう				
31	月	ごはん		 <p>10日 ラッキーにんじんカレーです。ハートやほし形のにんじんが入っています。どんな形があたるかお楽しみに。</p> <p>11日 うどんに、きつねもちをのせて食べてください。</p> <p>14日 19日はかけごはんです。ごはんの上に具をのせて食べてください。</p> <p>25日 いつもと同じ量のスパゲティを、スープがこぼれないようどんぶりに入れて食べます。どんぶりが大きいので、多く配食してしまうと足りなくなります。気をつけて配食してください。</p>															
		みそ汁	じゃがいも・キャベツ・玉葱・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し																
		鯖味噌煮	(さば、大豆)																
		ひじきの煮付け	ひじき・しらたき・さつま揚げ・いんげん・人参・油・みりん・三温糖・醤油																