

平成29年 5月の献立

	月 1・15・29日	火 2・16・30日	水 17・31日	木 18日	金 19日	土 6・20日
献立	白身魚のカレー風味揚げ ひじきと大豆の含め煮 けんちん汁	小松菜のオイスター炒め 南瓜のそぼろあんかけ 豆腐の味噌汁	カレーライス ゴボウのサラダ	鯖の木の芽焼き 小松菜の生姜醤油和え 肉団子と白菜のスープ	肉じゃが 白和え 茄子の味噌汁	焼きそば
材料	白身魚 ひじき 小麦粉 大豆 片栗粉 人参 カレー粉 油揚げ 塩 鰹だし サラダ油 砂糖 醤油 厚揚げ 人参 大根 ゴボウ 青葱 蒟蒻 椎茸 鰹だし 塩 醤油 みりん	(16日 お弁当日) 小松菜 人参 南瓜 もやし 豚肉 豚ひき肉 じゃが芋 生姜 しめじ 鰹だし オイスターソース 砂糖 酒 塩 胡椒 醤油 サラダ油 片栗粉 豆腐 わかめ 玉葱 鰹だし 味噌	鶏もも肉 ゴボウ 玉葱 人参 人参 胡瓜 じゃが芋 コーン缶 カレールウ 鰹だし 牛乳 醤油 塩 胡椒 みりん マヨネーズ すりごま	鯖 酒 白菜 醤油 人参 みりん 春雨 木の芽 干し椎茸 小松菜 合いびき肉 ツナ缶 (鶏・豚) 生姜 片栗粉 みりん 鰹だし 醤油 醤油 塩 ゴマ油	じゃが芋 豆腐 人参 玉葱 人参 ほうれん草 糸こんにゃく コンニャク 牛肉 絹さや 白ごま 鰹だし 砂糖 醤油 砂糖 醤油 塩 酒 鰹だし 茄子 玉葱 もやし 鰹だし 味噌	中華めん キャベツ 玉葱 人参 もやし 豚肉 塩 胡椒 ウスターソース トマトケチャップ サラダ油
おやつ	麩菓子 牛乳 麩 黒砂糖 無塩バター	2日 柏餅、鯉ボーロ 牛乳 16・30日 きな粉マカロニ (きな粉、塩、砂糖、マカロニ)	ピザトースト ヤクルト 玉葱 ゴボウ ベーコン チーズ ピザソース 食パン	お好み焼き 牛乳 キャベツ 桜えび 青のり 竹輪 お好み粉 中濃ソース	フルーツゼリー 牛乳 オレンジジュース 砂糖 ゼラチン みかん缶	パン 牛乳
	月 8・22日	火 9・23日	水 10・24日	木 11・25日	金 12・26日	土 13・27日
献立	マーボー豆腐 焼きビーフン チンゲン菜のスープ	9日 麺の日 23日 お誕生日会	ビーフシチュー 切干大根のサラダ	鯖の味噌煮 うの花 青菜の味噌汁	豚肉の生姜焼き 筍とふきの炊き合わせ 南瓜の味噌汁/ブロッコリー	肉うどん
材料	豆腐 筍 ビーフン 豚ひき肉 キャベツ 人参 青葱 ピーマン ニンニク 酒 きくらげ 生姜 ゴマ油 人参 醤油 味噌 砂糖 塩 胡椒 醤油 片栗粉 ナンプラー 鶏がらスープ チンゲン菜 えのき茸 玉葱 人参 中華スープ 塩 醤油		牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 マッシュルーム ビーフラー 牛乳 切干大根 胡瓜 かにかまぼこ ツナ缶 マヨネーズ	生鯖 生姜 おから 赤味噌 酒 人参 砂糖 醤油 ゴボウ みりん 油揚げ 板かまぼこ ほうれん草 しめじ えのき茸 さつま芋 油揚げ 青葱 鰹だし 鰹だし 味噌 砂糖 醤油	豚肉 玉葱 筍 ふき 生姜 砂糖 ひろうす 醤油 みりん 鰹だし 砂糖 南瓜 醤油 もやし みりん ゴボウ 玉葱 鰹だし 味噌 ブロッコリー	茹でうどん 牛肉 生姜 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 砂糖 塩
おやつ	ジャムサンド 牛乳 苺ジャム 食パン	マフィン 牛乳 ホットケーキミックス りんご 砂糖 水	10日 豆乳くずもち(豆乳、 砂糖、片栗粉、砂糖、塩、きな粉) 24日ヨーグルト ヤクルト	じゃが芋もち 牛乳 じゃが芋 片栗粉 水 塩 砂糖 醤油 油	バナナ&おしゃぶり昆布 バナナ 刻み昆布 牛乳	パン 牛乳

