

5月の献立



通常食

対応食

1日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ホイコーロー
- ・えひしゅうまい (ポークしょうまい)
- ・ごぼうのアーモンド炒め
- ・中華サラダ

2日(木)

【こどもの日献立】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・かつおの甘辛揚げ
- ・粉ふきいも
- ・厚揚げのおろしソースかけ
- ・チンゲンサイと豚肉の炒め物
- ・かしわもち

7日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・肉団子の甘酢炒め
- ・炒めビーフン (イカ抜き)
- ・パワース
- ・中華風コーンスープ

8日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ドライカレー
- ・ジャーマンポテト
- ・れんこんのツナ炒め
- ・キャベツのマリネ

9日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・さばの塩こうじ焼き
- ・小松菜のこま和え
- ・豚肉とキャベツの炒め物
- ・五目豆
- ・みそ汁

通常食

対応食

10日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉の揚げ照り煮
- ・鹽ポテト
- ・厚揚げの炒め物
- ・キャベツの煮浸し
- ・ヨーグルト (豆乳プラマンジェ)

13日(月)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・あぶらま汁 (魚抜き)
- ・鶏肉の照り焼き
- ・食塩豆の甘煮
- ・キャベツの塩おろしかか和え

14日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・あじフライ
- ・金平ごぼう
- ・豚肉とピーマンの炒め物
- ・大根しるな炒め物
- ・わかめスープ

15日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・新じゃがいもの旨煮
- ・大豆ミンチカツ
- ・切り干し大根とハムの炒め物
- ・もやし和え物

16日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・焼きそば
- ・小松菜と鶏肉の炒め物
- ・しそひしきふりかけ
- ・ミックスフルーツゼリー

通常食

対応食

17日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐のチリソース煮
- ・小豆びの衣ぶら (揚げきょうざ)
- ・手作りアーモンド小魚
- ・きゅうりのさっぱり漬け

20日(月)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・大葉さきみチーズフライ (チーズ抜き)
- ・スハクフリソテー
- ・豚肉の生姜炒め
- ・キャベツとエリンギのソテー
- ・チンゲンサイのサラダ

21日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉のマスタード炒め
- ・ウインナーとピーマンのソテー
- ・手作りきなこ大葉
- ・ミネストローネ

22日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・摩通の牛ム手煮
- ・にらまんしなう
- ・れんこんの炒め物
- ・キャベツのサラダ

23日(木)

【世界の料理：南アメリカ州】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・白身魚のセビッチェ風
- ・チリコンカン
- ・キャベツとツナの炒め物
- ・ポテトサラダ

通常食

対応食

24日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・チキンカツ
- ・いんげん和エリンギのソテー
- ・ミックスビジュアル

27日(月)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・小豆菜 (えび抜き)
- ・春巻き
- ・ソウごぼろ
- ・ひしきと切り干し大根のサラダ

28日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚しゃぶトマト
- ・いんげんの香味炒め (イカ抜き)
- ・春雨の炒め物
- ・ヨーグルト (おかんゼリー)

29日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・白滝コロケ (コロケ)
- ・アスパラガスのスパイティ
- ・肉団子のケチャップ煮
- ・人参のにらご和え
- ・キャベツのサラダ

30日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・照り焼きハンバーグ
- ・漬え野菜
- ・もやし炒め
- ・ポテトフライ
- ・みそ汁

通常食

対応食

31日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐のチャプルー
- ・さわらのフリッター
- ・じゃがいもの炒め物
- ・切り干し大根のアムル

世界の料理

今月は 中南米

23日(木) 白身魚のセビーチェ風

「セビーチェ」はペルーを代表する料理で、柑橘系の果汁が入ったマリネ液で新鮮な魚介と野菜を和えたものです。給食では、白身魚を揚げてレモンを使ったマリネ液をかけています。

23日(木) チリコンカン

チリコンカンは、メキシコ料理が由来のアメリカ南部テキサス州発祥の郷土料理です。豆やトマトを煮込んで作られ、定番の家庭料理として愛されています。

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐のチャプルー
- ・さわらのフリッター
- ・じゃがいもの炒め物
- ・切り干し大根のアムル