

2021年度



5月献立表

給食	5月		材料	朝 おやつ	おやつ
	3 月	みどりの日			
4 火	こどもの日				
5 水	振替休日				
6 木	豚塩カルピ井 わかめスープ トマトとツナの中華風サラダ キャンディーチーズ	精白米 中華スープの素 にんにく レモン 塩 ごま油豚肉 白ネギ わかめ トマト ツナ きゅうり 醤油 コーン チーズ お酢 砂糖 白玉粉 あんこ 牛乳 絹豆腐	干菓子	牛乳 あんこ餅	
7 金	ごはん 鮭の漬け焼き コーンサラダ 昆布のおかか煮 みそ汁	精白米 しょうゆ みりん さけ キャベツ コーン にんじん 砂糖 サラダ油 こんぶ 削り節 こまつな たまねぎ みそ 牛乳 ももジュース クールゼリーの素	干菓子	牛乳 ピーチゼリー	
10 月	ごはん 焼き鳥風ソテー はりはりサラダ ブロッコリーのゆかり和え みそ汁	精白米 鶏もも肉 砂糖 しょうゆ みりん 酢 料理酒 切干しいんこ きゅうり にんじん サラダ油 ブロッコリーゆかり 木綿豆腐 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 食パン マーガリン グラニュー糖	干菓子	牛乳 シュガーラスク	
11 火	カレーライス ツナサラダ オレンジ	精白米 豚肉 鶏レバー じゃがいも たまねぎ にんじん カレールー 酢 塩 こしょう グリーンピース 牛乳 キャベツ シーチキン きゅうり 砂糖 サラダ油 オレンジヨーグルト みかん缶 パイン缶 いちごジャム	干菓子	牛乳 いちごヨーグルト	
12 水	ごはん さわらのうめ味噌焼 ゆかり和え じゃがバター すまし汁	精白米 さわら 梅干し みそ 砂糖 キャベツ にんじん みりん ゆかり 塩 しょうゆ シーチキン じゃがいも マーガリン あおのり えのき みつば 削り節 こんぶ 牛乳 ホットケーキミックス サラダ油 ミルクココア	干菓子	牛乳 マーブルケーキ	
13 木	ごはん チンジャオロース わかめサラダ みそ汁 りんご	精白米 牛肉 たけのこ にんじん オイスターソース しょうゆ 塩 酢 ピーマン 赤パプリカ 片栗粉 サラダ油 砂糖 ごま油 わかめ ブロッコリー コーン りんご たまねぎ さつまいも 青葱 削り節 こんぶ みそ 牛乳 ポテトケチャップ コーン チーズ	干菓子	牛乳 ピザポテト	
14 金	ごはん サワラのあかね焼き きゃべつのごま和え 煮豆 みそ汁	精白米 さわら しょうが ケチャップ 砂糖 みりん しょうゆ キャベツ にんじん コーン 白ごま 大豆 だいこん 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 ヨーグルト みかん缶 パイン缶	干菓子	牛乳 フルーツヨーグルト	

17	月	ミートスパゲティ コンソメスープ りんご	スパゲティ 豚ミンチ たまねぎ ピーマン にんじん サラダ油 ウスターソース しょうゆ パセリ 料理酒 みりん ケチャップ 砂糖 薄力粉 キャベツ だいこん コーンりんご 牛乳 精白米 スライスチーズ 白ごま 片栗粉 ごぼう	干菓子	牛乳 ごま金平おやき
18	火	ふりかけごはん タラのコーンマヨドレ焼き もやし中華和え かぼちゃソテー みそ汁	精白米 たら 薄力粉 マヨネードレ ふりかけ 塩 こしょう しょうゆ 酢 コーンクリーム缶 もやし わかめにんじん 白ごま 砂糖 ごま油 かぼちゃ こまつな たまねぎ みそ こんぶ 削り節 牛乳 ホットケーキミックス スライスチーズ	干菓子	牛乳 チーズパン
19	水	ロールパン ポークビーンズ フレンチサラダ バナナ	ロールパン 大豆 豚肉 ピーマン 塩 しょうゆ ウスターソース 酢 たまねぎ にんじん じゃがいも サラダ油 ケチャップ 砂糖 キャベツ きゅうり バナナ 牛乳 おつゆふ マーガリン グラニュー糖 きな粉	干菓子	牛乳 麩のきな粉ラスク
20	木	ごはん とりのつくね焼き 中華風和え物 昆布のおかか煮 みそ汁	精白米 鶏ミンチ 木綿豆腐 みりん しょうゆ たまねぎ えだまめ パン粉 みそ キャベツ にんじん にら シーチキン コーン 砂糖 ごま油 まこんぶ 削り節 おつゆふ わかめ 青葱 牛乳 食パン ブルーベリージャム	干菓子	牛乳 ブルーベリージャムサンド
21	金	ごはん 鮭の塩焼き 納豆和え ブロッコリーのゆかり和え みそ汁	精白米 鮭 はくさい ほうれんそう にんじん 納豆 しょうゆ ゆかり 塩昆布 ブロッコリー たまねぎ じゃがいも 青葱 みそ こんぶ 削り節 牛乳 さつまいも	干菓子	牛乳 蒸しいも
24	月	ごはん 豚肉の梅干し煮 もやしのおかか和え コーンソテー みそ汁	精白米 豚肉 たまねぎ サラダ油 梅干 みりん しょうゆ 塩 砂糖 もやし にんじん かつお節 コーン マーガリン かぼちゃ わかめ みそ 削り節 こんぶ 牛乳 ホットケーキミックス ほうれん草	干菓子	牛乳 ほうれん草蒸しパン
25	火	ごはん サワラのみそ照り焼き 高野豆腐のごま和え ブロッコリーのポイル すまし汁	精白米 さわら みそ 高野豆腐 はくさい みりん しょうゆ 酢 塩 にんじん 白ごま 砂糖 ごま油 しめじ にら 削り節 こんぶ 牛乳 さつまいも 片栗粉 マーガリン 黒ごま	干菓子	牛乳 さつまいものおやき
26	水	アンパンマンライス 照り焼きチキン 酢みそ和え コンソメスープ オレンジ	精白米 ケチャップ ウインナー 焼きのり 鶏もも肉 砂糖 コンソメ みりん 酢 パセリ シーチキン にんじん キャベツ みそ だいこん しめじ コーン オレンジ 牛乳 みかんジュース みかん缶 パイン缶 クールゼリーの素	干菓子	牛乳 スペシャルみかんゼリー
27	木	ごはん 鮭の洋風てりやき ひじきとツナの炒めもの トマト みそ汁	精白米 さけ マーガリン シーチキン ひじき にんじん さやいんげん ごま油 みりん しょうゆ 砂糖 トマト こまつな うす揚げ みそ こんぶ 削り節 牛乳 ホットケーキミックス サラダ油 レーズン	干菓子	牛乳 レーズンマフィン
28	金	ふりかけごはん 炒り豆腐 ひじきの三杯酢 ふかし芋 すまし汁	精白米 木綿豆腐 鶏ミンチ にんじん チンゲンサイ 干しいたけ たまねぎ サラダ油 砂糖 ふりかけ しょうゆ 酢 塩 ひじき きゅうり コーン さつまいも おつゆふ わかめ 削り節 こんぶ 牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖	干菓子	牛乳 わらび餅
31	月	味噌ラーメン 切干大根とツナのサラダ りんご	中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ にら もやし コーン 食塩 ごま油 しょうゆ 鶏ガラスープの素 みそ 切干し大根 きゅうり にんじん シーチキン 酢 砂糖 りんご 牛乳 コーンフレーク 小麦粉 レーズン 砂糖	干菓子	牛乳 ロッククッキー