



5月 晴れるや給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	日	ポークピカタ、きんぴらごぼう ポテトサラダ、味噌汁、ご飯	ガーリックチキン、五目炒り玉子、きのこのサラダ 味噌汁、ご飯
2	月	ささ身のフライ、野菜炒め、納豆入り玉子焼き 味噌汁、ご飯	アジフライ、ちくわとキャベツのウスターソース炒め、 かぼちゃの煮物、味噌汁、ご飯
3	火	エビチリソース、肉じゃが ちりめんとお根の和風サラダ、味噌汁、ご飯	豚肉とキャベツの味噌炒め、ネギ玉、 厚揚げの照り焼き、味噌汁、ご飯
4	水	フィレオフィッシュ、コーンエッグ マカロニサラダ、ベーコンと白菜のスープ、ご飯	五目焼きそば、ハムソテー、味噌汁、のり玉おにぎり
5	木	鶏肉のてり焼き、揚げだし豆腐 春雨サラダ、味噌汁、ご飯	チキンライス、コーンとブロッコリーのサラダ、 ミートグラタン、コンソメスープ、
6	金	酢豚、金時豆の甘煮、なめたけの卵とじ 味噌汁、ご飯	豚肉とワカメのあっさり煮、さつま芋の天ぷら、 高野豆腐の卵とじ、味噌汁、ご飯
7	土	カレーライス、ソーセージのフリッター、コールスローサラダ コンソメスープ、りんご	かつ丼、にゅう麺、キャベツときゅうりのおかか和え
8	日	五目チャーハン、焼き餃子、もやしときゅうりのナムル わかめの中華スープ	鶏つくね、大根のそぼろ煮、 ほうれん草の胡麻和え、玉子スープ、ご飯
9	月	鶏唐のネギあんかけ、かに玉 海藻の和風サラダ、味噌汁、ご飯	回鍋肉、中華春巻き カニカマときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯
10	火	煮込みハンバーグ、チーズオムレツ、 アスパラの胡麻ドレッシング、味噌汁、ご飯	ししゃものフライ、もやしと厚揚げのチャンプルー 大豆とごぼうの煮物、味噌汁、ご飯
11	水	鮭の塩焼き、しめじときゅうりの中華風胡麻和え 五目炒り豆腐、味噌汁、ご飯	蒸しシュウマイ、シーフード焼きビーフン、ナスの煮物 味噌汁、ご飯
12	木	揚げ肉団子と野菜の甘酢炒め、里芋のおかか煮、 冷奴、味噌汁、ご飯	エビかつ、塩焼きそば 平天とお根の煮物、味噌汁、ご飯
13	金	チキン南蛮、だし巻き玉子、 中華サラダ、味噌汁、ご飯	牛肉のコロッケ、ベーコンとほうれん草のガーリック炒め きのこのオムレツ、味噌汁、ご飯
14	土	ハヤシライス、ハッシュドポテト ツナとレタスのサラダ、コンソメスープ、パイナップル	トンテキ、きのこチンゲン菜のソテー パンネのミートソース、ご飯、中華スープ
15	日	サバの塩焼き、鶏じゃが、 キャベツときゅうりのお浸し、味噌汁、ご飯	メンチカツ、ミニグラタン、 カリカリベーコンのシーザーサラダ、味噌汁、ご飯
16	月	海老の天ぷらオーロラソース和え、ベーコンエッグ 玉ねぎとサニーレタスのチョレギサラダ、味噌汁、ご飯	天津飯、小籠包 和風豆腐サラダ、味噌汁
17	火	豚肉の竜田揚げ、マーボー春雨 小松菜と揚げの胡麻和え、味噌汁、ご飯	ブリの照り焼き、ちくわと根菜の煮物、 茶わん蒸し、味噌汁、ご飯
18	水	牛肉のタレ焼き、皮付きポテトとコーンのバターソテー、 ゆで卵とレタスのサラダ、オニオンスープ、ご飯	エビフライ、鶏肉とじゃがいものトマト煮、 コンソメスープ、ご飯
19	木	ミートスパゲッティ、チキンナゲット、 トマトのグリーンサラダ、スティックパン、アップルジュース	牛丼、たけのここんにゃくの煮物 きゅうりの浅漬、味噌汁、
20	金	オムそばめし、カニカマの天ぷら、 ブロッコリーと人参のゴマドレサラダ、味噌汁	鶏むね肉のかき揚げ、きぬさやとちくわの卵とじ オクラ納豆、味噌汁、ご飯
21	土	鶏のから揚げ、ピーマンと豚バラのチャプチェ、卵豆腐 味噌汁、ご飯	豚しょうが焼き、キャベツと人参のサラダ ナポリタンスパゲッティ、味噌汁、ご飯
22	日	焼肉丼、水菜とかまぼこのマヨ醤油和え 粉ふきさつま芋、味噌汁	チキンカツレツ、ブロッコリーとポテトのヨーグルトソース、 スクランブルエッグ、オニオンスープ、ご飯
23	月	親子とじうどん、ちくわの磯部揚げ キャベツのゆかり和え、わかめご飯、オレンジ	すき焼き、たたききゅうりの梅肉和え 炊き込みご飯、お吸い物
24	火	ししゃも、筑前煮 きゅうりと白菜のおかか和え、味噌汁、ご飯	豚肉の甘辛炒め、チンゲン菜とエリンギの中華炒め じゃがいもの煮ころがし、味噌汁、ご飯
25	水	ミートボール、エビとしめじのグラタン グリーンサラダ、オニオンスープ、ご飯	ドライカレー、ウインナーのケチャップ炒め ごぼうサラダ、コンソメスープ
26	木	お好み焼き、小松菜としらすのお浸し、 けんちん汁、鮭おにぎり	若鶏の竜田揚げ、れん根とこんにゃくのゴマ炒め、 水菜の和風サラダ、味噌汁、ご飯
27	金	キーマカレー、ほうれん草とチーズのキッシュ フライドポテト、コンソメスープ	ビーフシチュー、目玉焼き、 ツナパスタサラダ、ロールパン
28	土	白身魚のフライ、タラコとしめじのマヨパスタ れんこんのきんぴら、味噌汁、ご飯	海老ピラフ、フライドチキン、レタスのフレンチサラダ コーンポタージュスープ
29	日	揚げ餃子、パンパンジー マーボー豆腐、ご飯、味噌汁	鮭ときこのホイル焼き、筑前煮 オクラ納豆、味噌汁、ご飯
30	月	クリームコロッケ、ポークビーンズ、 レタスのミモザサラダ、味噌汁、ご飯	親子丼、たけのこの土佐煮、わかめときゅうりの酢の物 味噌汁
31	火	五目そうめん、鶏の天ぷら、かやくご飯、バナナ	和風おろしハンバーグ、さつま揚げとキャベツの炒め物、 玉子焼き、味噌汁、ご飯