



# 5月の献立表



日(曜日)	献立名	使用食材	アレルギー	アレルギー (k c a)	日(曜日)	献立名	使用食材	アレルギー	アレルギー (k c a)
5/1 (水)	ミートパンネ	パンネ ミンチ		404	5/20 (月)	てりやきハンバーグ	ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉		403
	ミニチキン	鶏肉				オムレツ	たまご	たまご	
	切干大根のごまドレあえ	切干大根 にんじん コーン いんげん ごまドレッシング	たまご・ごま			ひじき煮	じゃがいも ツナ ひじき		
	にんじんちゃん	魚肉 ほうれん草 にんじん				れんこんチップス	れんこん	ごま	
	チーズ	チーズ	乳			ゼリー	ゼリー		
5/2 (木)	メンチカツ	ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉		408	5/22 (水)	ピビンバ	豚肉 ほうれん草 にんじん もやし		413
	さばの塩焼き	さば	さば			しゅうまい	魚肉 たまねぎ 小麦粉 パン粉		
	青菜のひじき煮	小松菜 コーン にんじん ひじき				チャプチェ	春雨 たまねぎ ピーマン にんじん		
	がんも	豆腐 にんじん ごま	ごま			玉子焼き	たまご	たまご	
	たこ焼き	たこ たまご 山芋 小麦粉	たまご・たこ			シュークリーム	小麦粉 たまご 牛乳	たまご・乳	
5/8 (水)	ハンバーグ	ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉		405	5/23 (木)	いんげんのソテー	いんげん ツナ コーン		400
	チキンナゲット	鶏肉				甘ダレささみフライ	鶏肉 小麦粉 パン粉 たまご	たまご	
	小松菜のお浸し	小松菜 油揚げ ひじき				ピーマンのおかかあえ	ピーマン にんじん かつおぶし		
	五目しんじょ	ブロッコリー ひじき 豆腐 魚肉 にんじん				高野豆腐煮	高野豆腐		
	野菜ゼリー	ゼリー				フルーツ	パイナップル		
5/9 (木)	からあげ	鶏肉 小麦粉 片栗粉		392	5/24 (金)	カレー	豚肉 にんじん たまねぎ じゃがいも カレールウ		420
	ナムル	チンゲン菜 にんじん もやし コーン				野菜ジュース			
	ごぼう煮	ごぼう ごま	ごま						
	玉子焼き	たまご	たまご						
5/10 (金)	春巻き	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ 小麦粉 片栗粉		392	5/27 (月)	白身魚フライ	白身魚 小麦粉 パン粉		410
	ごまキャベツ	キャベツ ごま	ごま			枝豆とコーンのソテー	枝豆 コーン じゃがいも		
	パンサンスー	春雨 きゅうり もやし にんじん				れんこんの青のりあえ	れんこん にんじん 青のり		
	ミニハムステーキ	ハム				皮なしウインナー	豚肉 鶏肉		
	さくらしゅうまい	魚肉 たまねぎ 小麦粉 パン粉				ミニさつまいも	さつまいも		
5/13 (月)	ちくわ天	魚肉 小麦粉 片栗粉 青のり		407	5/29 (水)	ハンバーグ	ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉		425
	鶏つくね	ミンチ たまねぎ 小麦粉 パン粉 たまご	たまご			チキンリング	鶏肉 小麦粉 パン粉		
	ほうれん草のごまあえ	ほうれん草 白菜 にんじん	ごま			ポテトサラダ	じゃがいも いんげん コーン にんじん		
	焼き豆腐	豆腐				ミニハムステーキ	ハム		
	プチやきいも	さつまいも				チーズ	チーズ	乳	
5/15 (水)	コーンたっぷりフライ	コーン じゃがいも 小麦粉 パン粉		420	5/30 (木)	春巻き	たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ 小麦粉 片栗粉		406
	オムレツ	たまご	たまご			ぎょうざ	キャベツ ミンチ 小麦粉 片栗粉		
	白菜のだし煮	白菜 ほうれん草 たまねぎ にんじん				野菜いため	チンゲン菜 にんじん もやし		
	ポークウインナー	豚肉				五目しんじょ	ブロッコリー ひじき 豆腐 魚肉 にんじん		
	チーズ	チーズ	乳			ゼリー	ゼリー		
5/16 (木)	チンジャオロースー	たけのこ ピーマン 豚肉 小麦粉 片栗粉		406	5/31 (金)	からあげ	鶏肉 小麦粉 片栗粉		407
	からあげ	鶏肉 小麦粉 片栗粉				肉しゅうまい	ミンチ キャベツ たまねぎ 小麦粉 パン粉 たまご	たまご	
	れんこんの中華炒め	れんこん にんじん チンゲン菜				ブロッコリーのコンソメ煮	ブロッコリー にんじん コーン		
	いかだんご煮	いか たまご 小麦粉 パン粉	たまご・いか			かぶさつまちゃん	ほうれん草 魚肉 にんじん		
	ゼリー	ゼリー				ビスケット	ビスケット		
5/17 (金)	青のりパンネ	パンネ コーン にんじん		410	<p>5月の旬          そらまめ・たまねぎ・グリーンアスパラガス・グリーンピース・さやえんどう・          じゃがいも・新ごぼう(夏ごぼう)          いちご・たこ・かつお・あじ・ほたるいか・もずく・・・など</p> 				
	とんかつ	豚肉 小麦粉 パン粉							
	五目きんぴら	ごぼう にんじん ピーマン こんにゃく							
	さといも煮	里芋							
	もちーな	小麦粉 たまご 牛乳	たまご・乳						



5月の旬  
そらまめ・たまねぎ・グリーンアスパラガス・グリーンピース・さやえんどう・じゃがいも・新  
ごぼう（夏ごぼう）  
いちご・たこ・かつお・あじ・ほたるいか・もずく・・・など







