

5月の予定献立

月		火		水		木		金	
1日		2日		3日		4日		5日	
パン コンソメ煮	黒糖パン、セサミロール ウインナー、鶏肉、 じゃが芋、玉葱、ブロッコリー、 キャベツ、人参	短大行事		憲法記念日		みどりの日		こどもの日	
マカロニサラダ ～コーンクリーム風味～	シエルマカロニ、コーン、 チーズ、サラダ菜、ミニトマト								
菓物	りんご								
8日		9日		10日		11日		12日	
三色丼	精白米、豚挽肉、ほうれん草、 錦糸卵、紅生姜	パン トマトスープ	南瓜ロール、ココアパン 椎茸、セロリ、ズッキーニ、ベーコン、インゲン	五穀ご飯 スープ	精白米、五穀米 えのき、竹の子、青梗菜	山菜うどん	うどん、山菜水煮、豚肉、 板かまぼこ、生椎茸、長葱	彩りピラフ	精白米、ウインナー、玉葱、 赤・黄パプリカ、ピーマン
みそ汁	ふのり、木綿豆腐、大根菜	チキングラタン	鶏肉、マカロニ、玉葱、しめじ、 じゃが芋、人参、マッシュルーム、 チーズ、パセリ	アジの中華風唐揚げ	アジノ付：玉葱、エリンギ、木耳、 赤・黄パプリカ(野菜下敷き)、 サラダ菜、レモン	大学芋	さつま芋、黒ごま	スープ	じゃが芋、ベーコン、人参、パセリ
和風サラダ	春雨、水菜、つまみ人参、ワカメ ※和風ドレッシング					生姜酢和え	白菜、小松菜、人参、しめじ、 生姜	アスパラサラダ	レタス、エンダイブ、胡瓜、 グリーンアスパラガス ※シーザードレッシング
デザート	わらび餅、きな粉、黒蜜	ベビーリーフのサラダ	ベビーリーフ、ロメインレタス、 トレビス ※イタリアンドレッシング	ひじきの和え物	ひじき、キャベツ、水菜、ツナ、 人参、リーフレタス オレンジ	菓物		デザート	アロエヨーグルト
15日		16日《薬膳メニュー》		17日		18日		19日	
ご飯	精白米	玄米ご飯	精白米、玄米	パン	ホワイトブレッド	麦ご飯	精白米、押麦	五穀ご飯	精白米、五穀米
水餃子入りスープ	水餃子、メンマ、長葱	春野菜の沢煮焼	豚バラ肉、ごぼう、うど、人参、 椎茸、竹の子、豆苗	ビーフシチュー	牛肉、玉葱、じゃが芋、人参、 マッシュルーム、インゲン	スープ	白菜、玉葱、かいわれ大根	みそ汁	大根、油揚げ、万能葱
海鮮の塩だれ炒め	エビ、イカ、キャベツ、しめじ、 人参、ピーマン、ヤングコーン、 木耳、ブロッコリー	蒸し鱈の薬味ソース	鱈ノ大葉、長葱、生姜、 赤・黄パプリカ	サラダ	サニーレタス、エンダイブ、 トレビス ※オニオンドレッシング	麻婆豆腐	木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、 長葱	煮物	人参、こんにゃく、里芋、 結び昆布、インゲン
大根サラダ	大根、水菜、ラディッシュ ※ノンオイル中華ドレッシング	小松菜のくるみ和え 菓物	小松菜、えのき、くるみ さくらんぼ	飲み物 菓物	牛乳 パイン	春雨の和え物	春雨、水菜、ロースハム、人参、 木耳	デザート	グレープゼリー(Fe+)
22日		23日		24日		25日		26日	
ミートソースパゲッティ	スパゲッティ、牛・豚挽肉、玉葱、 セロリ、茄子、パセリ ※粉チーズ	竹の子ご飯	精白米、竹の子、のり	ご飯	精白米	パン	スティックロール、玄米パン	麦ご飯	精白米、押麦
ツナサラダ	ツナ、レタス、サニーレタス、 エンダイブ ※白フレンチドレッシング	みそ汁	豆豉、しめじ、大根菜	スープ	木耳、玉葱、小松菜	スープ	レタス、キドニー、ポワロー、ズッキーニ、鶏肉(後出し)パセリ	スープ	かにかまぼこ、椎茸、万能葱
飲み物	飲むヨーグルト	マスのホイル焼き	マス、えのき、椎茸、玉葱、 赤・黄パプリカ、レモン、バター ※ポン酢醤油	蒸し鶏の ごまだれソース	鶏肉、キャベツ、みょうが、 長葱、白ごま、ミニトマト	豚ヒレ肉のカツレツ ～ミラノ風～	豚ヒレ肉ノトマト、玉葱、レモン ノ付：マッシュポテト、 グリーンアスパラガスとベーコンのソテー	エビチリ	エビ、リーフレタス、卵、 長葱、枝豆
菓物	グレープフルーツ	辛子和え	ほうれん草、えのき、油揚げ、 白菜、辛子	彩りサラダ	サラダセロリ、胡瓜、錦糸卵、 コーン、人参、もやし	グリーンサラダ	サラダほうれん草、リーフレタス、 ロメインレタス ※セパレートドレッシング	キャベツともやしの 和え物	キャベツ、もやし、人参、 ザーサイ
29日		30日		31日《開学記念メニュー》					
ご飯	精白米	煮干し醤油ラーメン	中華麺、チャーシュー、ほうれん草、 メンマ、長葱、なると、ワカメ、 煮干し粉	手巻き寿司	酢飯、胡瓜、卵、ツナ、かに、 サーモン、とびっこ、大葉、がり ※醤油、のり				
ずまし汁	湯葉、白舞茸、三つ葉	春巻き	春巻き、レタス、ミニトマト	そうめん汁	そうめん、花びら麩、かいわれ大根				
葱味噌焼き	鶏肉 ノ付サラダ菜、長葱、糸唐辛子	フルーツ杏仁	レアクリーム杏仁、マンゴー缶	厚揚げとこんにゃくの味噌煮	厚揚げ、こんにゃく、人参、 さつま芋、竹の子、インゲン				
切干大根の煮物	切干大根、高野豆腐、人参、 ひじき、絹さや			菓物の2種盛り	いちご、パイン				