



5月の予定献立表

5月2日(月)		5月6日(金)		5月9日(月)		5月10日(火)		5月11日(水)	
小693kcal 中863kcal		小770kcal 中925kcal		小591kcal 中730kcal		小629kcal 中781kcal		小613kcal 中759kcal	
カレーピラフ 牛乳 トマトスープ 抹茶チョコチップマフィン		コッペパン 牛乳 鶏肉とじゃがいもの ケチャップ和え 野菜スープ		ごはん 牛乳 ぷりぷり中華炒め にらスープ		カレーライス 牛乳 ゼリー入りフルーツポンチ		ごはん 牛乳 麻婆豆腐 中華サラダ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	65 g	コッペパン	1 こ	米	80 g	米	74 g	米	80 g
麦	5 g	牛乳	1 本	牛乳	1 本	麦	6 g	牛乳	1 本
ポークウインナー	10 g	鶏肉	60 g	鶏肉	40 g	牛肉	15 g	とうふ	100 g
たまねぎ	5 g	酒	0.5 g	土しよが	1 g	塩	0.3 g	豚ミンチ	20 g
にんじん	5 g	濃口しよゆ	1 g	おろしにんにく	0.2 g	こしよ	0.04 g	にんじん	10 g
ホールコーン	5 g	片栗粉	7 g	酒	1 g	ジンジャーパウダー	0.04 g	たまねぎ	30 g
塩	0.6 g	米粉	3 g	濃口しよゆ	2 g	ガーリックパウダー	0.04 g	青ねぎ(八幡産)	5 g
こしよ	0.05 g	じゃがいも	40 g	サラダ油	1 g	たまねぎ	60 g	たけのこ(水煮)	10 g
濃口しよゆ	1 g	揚げ油	13 g	にんじん	10 g	じゃがいも	50 g	合わせみそ	3 g
カレー粉	0.5 g	トマトケチャップ	12 g	たけのこ(水煮)	10 g	にんじん	20 g	ジンジャーパウダー	0.05 g
サラダ油	0.5 g	ウスターソース	5 g	こんにやく	20 g	チキンスープ	5 g	ガーリックパウダー	0.05 g
チキンスープ	10 g	さとう	1.7 g	うずら卵	20 g	水	10 g	トウバンジャン	0.3 g
牛乳	1 本	レモン果汁	0.5 g	三度豆	5 g	マーガリン	6 g	酒	2 g
豚肉	20 g	パセリ	1 g	さとう	1 g	小麦粉	6 g	片栗粉	2 g
たまねぎ	40 g	水	5 g	トウバンジャン	0.1 g	ペ-ストチャツネ	1.5 g	ごま油	0.5 g
にんじん	10 g	豚肉	10 g	濃口しよゆ	1.5 g	塩	0.8 g	塩	0.5 g
セロリ	3 g	にんじん	10 g	薄口しよゆ	1 g	こしよ	0.02 g	濃口しよゆ	3 g
三度豆	5 g	たまねぎ	20 g	酢	0.5 g	オールスパイス	0.02 g	さとう	1 g
おろしにんにく	0.3 g	キャベツ	30 g	片栗粉	1 g	赤ワイン	2 g	水	15 g
サラダ油	1 g	小松菜	10 g	ごま油	0.5 g	トマトケチャップ	2 g	はるさめ	8 g
トマトケチャップ	8 g	薄口しよゆ	3 g	豚肉	10 g	ウスターソース	1 g	ポークハム	5 g
トマトビ-ユレ	5 g	けずりぶし	3 g	にんじん	10 g	カレー粉	0.5 g	キャベツ	20 g
塩	0.6 g	塩	0.5 g	たまねぎ	30 g	カルダモン	0.01 g	きゅうり	10 g
こしよ	0.02 g	こしよ	0.02 g	しめじ	10 g	コリアンダー	0.01 g	ごま油	0.5 g
チキンスープ	6 g	水	100 g	にら	8 g	ローリエ	0.01 g	さとう	1 g
水	100 g			塩	0.5 g	水	90 g	濃口しよゆ	2.5 g
小麦粉	16 g			薄口しよゆ	2 g	牛乳	1 本	酢	1.5 g
ベーキングパウダー	0.8 g			けずりぶし	3 g	マスカットゼリー	30 g		
抹茶	0.3 g			水	100 g	みかん(缶)	20 g		
上白糖	8 g					パイン(缶)	15 g		
液卵	8 g					黄桃(缶)	15 g		
調理用牛乳	15 g								
マーガリン	8 g								
ホワイトチョコチップ	6 g								
<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>八十八夜とは立春から数えて88日目のこと。 暖かくなってきた5月の初めて、お茶を摘んだりお米を植えたりするのにちょうどよい季節です。</p> </div>									
5月12日(木)		5月13日(金)		5月16日(月)		5月17日(火)		5月18日(水)	
小647kcal 中837kcal		小611kcal 中776kcal		小590kcal 中730kcal		小621kcal 中717kcal		小579kcal 中714kcal	
豆ご飯 牛乳 さばの煮つけ たまねぎのみそ汁		小型パン 牛乳 ミートスパゲティ コーンのサラダ		ごはん 牛乳 新じゃがの煮物 吉野汁		ひみつのご飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 五目汁		ごはん 牛乳 プルコギ トック入りスープ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	70 g	小型パン	1 こ	米	80 g	米	75 g	米	80 g
えんどう豆	15 g	牛乳	1 本	牛乳	1 本	ちりめんじゃこ	5 g	牛乳	1 本
塩	0.3 g	スパゲティ	25 g	豚肉	20 g	にんじん	10 g	牛肉	30 g
牛乳	1 本	牛肉ミンチ	25 g	新じゃがいも	65 g	濃口しよゆ	2 g	濃口しよゆ	0.5 g
生鱈		塩	0.3 g	たまねぎ	20 g	酒	1 g	みりん	1 g
小学校 50g	1 切	こしよ	0.02 g	にんじん	10 g	塩	0.4 g	おろしにんにく	0.1 g
中学校 60g	1 切	ナツメグ	0.02 g	三度豆	5 g	牛乳	1 本	ごま油	0.5 g
土しよが	1 g	オールスパイス	0.02 g	さとう	2 g	ちくわ	1 本	キャベツ	45 g
さとう	6 g	たまねぎ	60 g	濃口しよゆ	5 g	青のり	0.15 g	たまねぎ	15 g
酒	1 g	にんじん	20 g	みりん	1 g	小麦粉	5 g	にんじん	10 g
みりん	2 g	トマトケチャップ	8 g	水	20 g	塩	0.1 g	太もやし	30 g
濃口しよゆ	6 g	トマトビ-ユレ	6 g	鶏肉	20 g	水	2 g	にら	5 g
水	10 g	ウスターソース	2 g	とうふ	20 g	揚げ油	9 g	さとう	2 g
たまねぎ	35 g	赤ワイン	2 g	油揚げ	5 g	豚肉	10 g	濃口しよゆ	3 g
小松菜	10 g	ホールコーン	20 g	にんじん	10 g	土しよが	1 g	おろしにんにく	0.2 g
油揚げ	5 g	キャベツ	20 g	たまねぎ	20 g	にんじん	10 g	サラダ油	1 g
にんじん	10 g	にんじん	10 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	たまねぎ	20 g	白いりごま	1 g
八幡のみそ	8 g	塩	0.1 g	薄口しよゆ	2 g	にら	5 g	豚肉	10 g
八幡の白みそ	3 g	こしよ	0.02 g	塩	0.4 g	太もやし	20 g	にんじん	10 g
けずりぶし	3 g	ノンエッグマヨネーズ	1 袋	けずりぶし	2 g	薄口しよゆ	4 g	太もやし	20 g
水	100 g			片栗粉	1 g	塩	0.3 g	トック	15 g
				水	100 g	こしよ	0.02 g	チンゲン菜	10 g
						けずりぶし	3 g	土しよが	0.5 g
						水	100 g	塩	0.5 g
								こしよ	0.02 g
								薄口しよゆ	2 g
								けずりぶし	3 g
								水	100 g

※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。
 ※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。
 ※ 野菜は天候等により変更になる場合があります。

