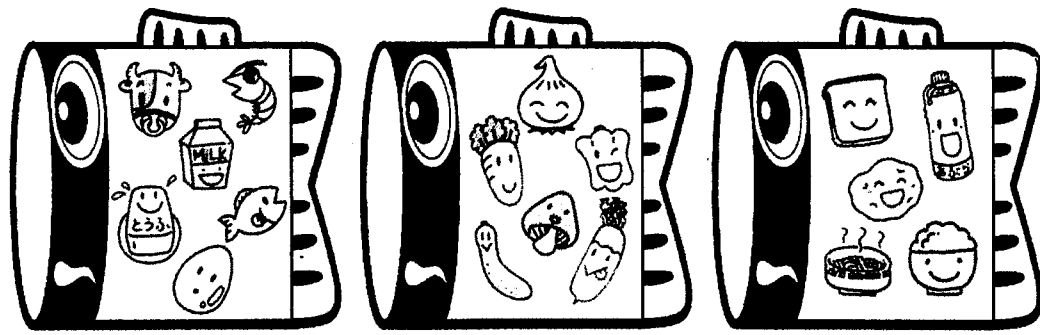


2022ねん 5がつの
えいようしどうひょう



(教室用)
あわじしりつぎゅうしよく
淡路市立給食センター

日 (曜)	こんだて名	血や肉になるもの (あか)	体の調子をととのえるもの (みどり)	熱や力になるもの (き)
② (月)	五目うどん 新茶のかき揚げ	鶏肉 焼きかまぼこ 油揚げ 塩蔵わかめ 出し昆布 削り節 給食用さざみするめ	にんじん 葉ねぎ せん茶 たまねぎ	いちごジャム 冷凍うどん 天ぷら粉 米ぬか油
6 (金)	豚肉とキムチの炒め物 たまねぎのみそ汁	豚肉 木綿豆腐 塩蔵わかめ みそ 煮干し	はくさいキムチ キャベツ 大豆もやし ぶなしめじ たまねぎ にんじん 葉ねぎ	米ぬか油
⑨ (月)	白身魚(メルルーサ)の香草焼き ブロッコリーのコンソメ味 コーンクリームスープ	メルルーサ スープベース コンソメ ポークハム 調理用牛乳	バジルペースト ブロッコリー たまねぎ にんじん クリームコーン パセリ	じゃがいも 有塩バター 小麦粉
10 (火)	牛肉とピーマンの炒め物 野菜のみそ汁 日向夏(個包装)	牛肉 油揚げ 煮干し みそ	にんじん たけのこ水煮 ピーマン もやし しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ 日向夏	米ぬか油 三温糖
⑪ (水)	キーマカレー 野菜のスープ煮	豚ひき肉 牛ひき肉 スープベース ウインナー ベーコン 煮大豆	たまねぎ にんじん ピーマン ケチャップ マッシュルーム にんにく セロリー キャベツ	米ぬか油 小麦粉 じゃがいも フルーツチャツネ
12 (木)	親子丼 ほうれんそうサラダ (小袋マヨネーズ)	鶏肉 鶏卵 おつゆふ 削り節 糸かまぼこ	たまねぎ にんじん 乾しいたけ キャベツ ほうれんそう ぶなしめじ 葉ねぎ	米ぬか油 三温糖 マヨネーズ
13 (金)	いかの天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 涼煮糰子	いか天ぷら カットわかめ 豚肉 削り節	きゅうり こまつな にんじん ごぼう えのきたけ しょうが	米ぬか油 上白糖 いりごま じゃがいも
⑬ (月)	ジャージャー麺(中華めん、肉みそ、野菜) ソフトチーズ	豚ひき肉 八丁みそ ソフトチーズ	たまねぎ たけのこ水煮 にんじん 根深ねぎ 乾しいたけ にんにく しょうが もやし きゅうり	冷凍中華麺 ごま油 米ぬか油 三温糖 でんぷん
17 (火)	だし巻きたまご 小松菜の和え物 筑前煮	だし巻きたまご 鶏肉 さつま揚げ 厚揚げ	こまつな にんじん ごぼう れんこん水煮 乾しいたけ こんにやく さやいんげん	上白糖 米ぬか油 三温糖
18 (水)	ハヤシライス ハムサラダ	牛肉 脱脂粉乳 チキンハム	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム ケチャップ キャベツ きゅうり	米ぬか油 じゃがいも 小麦粉 有塩バター 上白糖
19 (木)	さばのみそ煮 スナックえんどう ちゃんこ汁	さば みそ 鶏つくね 油揚げ スープベース	しょうが スナックえんどう しらたき いら とうもろこし ごぼう チンゲンサイ にんじん	三温糖
20 (金)	酢豚 もずくスープ やさいふりかけ	豚肉 うずら卵水煮 乾燥もずく 木綿豆腐 スープベース	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ水煮 ピーマン パインアップル缶 えのきたけ やさいふりかけ	でんぷん 米ぬか油 上白糖 ごま油
⑳ (月)	ささみフライ(小袋とんかつソース) ポイルキャベツ ミネストローネスープ	ささみフライ 豚肉 ベーコン スープベース	キャベツ たまねぎ にんじん トマト缶 パセリ	米ぬか油 エービーシー ABCマカロニ じゃがいも
24 (火)	魚(すずき)の塩こうじ焼き ひじきの煮物 ごまけんちん汁	すずき 乾しひじき 出し昆布 油揚げ 削り節 木綿豆腐 鶏肉	にんじん えだまめ こんにやく ごぼう 乾しいたけ 葉ねぎ	塩こうじ 米ぬか油 三温糖 いりごま
㉕ (水)	インディアン焼きそば フルーツよせ	豚肉 あおのり	キャベツ もやし たまねぎ にんじん いら 葉ねぎ みかん缶 パインアップル缶 ナタデココ 黄桃缶 野菜ゼリー	焼きそばめん 米ぬか油 上白糖
26 (木)	豚しゃぶサラダ (小袋ぼん酢しょうゆ) じゃがいものみそ汁	豚肉 油揚げ みそ 煮干し	しょうが たまねぎ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン にんじん 葉ねぎ	じゃがいも
27 (金)	スタミナ丼 鶏スープ	牛肉 鶏卵 スープベース	しょうが にんにく こんにやく 大豆もやし ほうれんそう たまねぎ にんじん 豆苗 こんにやく寒天	米ぬか油 三温糖 いりごま 上白糖 ごま油 でんぷん
⑳ (月)	ツナサラダ ポークビーンズ	まぐろ油漬 豚肉 煮大豆 ベーコン スープベース	キャベツ にんじん きゅうり セロリー たまねぎ ケチャップ トマトピューレ	いりごま 上白糖 米ぬか油 じゃがいも パンネマカロニ ごま油
31 (火)	あじの蒲鉾揚げ おかひじきのおかか和え 高野豆腐の五目煮	あじ かつお節 高野豆腐 鶏肉 削り節	おかひじき キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ水煮 さやいんげん	でんぷん 米ぬか油 上白糖 ごま油 三温糖

※○印は、パン給食の日となっています。

※おはしは毎日きれいに洗って持ってきてください。

※材料等の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。