

5月食事だより

目標
給食に慣れましょう

完了食については以下の対応をしています。
 【除去】カレー粉、マーマレード、黒糖、ココア、こんにゃく
 【代替】中華そば→ピーフン サンマ・鰯→サバ
 (こんにゃくは1才まで、サンマ、鰯は2才まで)

◎10時のおやつは完了食から2才までです。 ◎都合により献立が変わることもあります。 羽曳野市こども政策課

日付	昼 食				3時のおやつ	10時のおやつ
2 (月)	◎肉じゃが 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三度豆 油 砂糖 酒 みりん 醤油 だし汁	◎ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー 人参 白ごま 醤油	◎ごはん 精白米	◎クッキー 小麦粉 ベーキングハウガ- バター 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
6 (金)	◎チキンカレーライス 鶏もも肉皮なし 玉ねぎ 人参 じゃが芋 グリーンピース 油 純カレー粉 たまご リコゴ 醤油 だし汁	◎コーンサラダ 塩 ウスターソース トマト水煮 上新粉 精白米 塩	キャベツ 粒コーン レーズン マヨネーズ 塩	◎ふのラスク ふ バター グラニュー糖	◎プレーンヨーグルト プレーンヨーグルト	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
7 (土)	◎きざみうどん 乾鶏 鶏もも肉 油あげ 玉ねぎ みつば 薄口醤油 醤油 みりん 清酒 だし汁	◎和風和え じゃが芋 人参 ほりえん草 ひじき カツオパック こま油 醤油 酢 塩	◎バターラスク 食パン バター	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳	
9 (月)	◎ビビンバ 豚もも肉 人参 さゆうり 塩 ちやし たまご 油 白ごま 砂糖 醤油 だし汁	◎粉ふき芋 みりん 塩 こま油 精白米 塩	◎わかめのスープ 牛肉 糸わかめ ニフ 薄口醤油 酒 塩 こま油 だし汁	◎チーズスカロップ チーズ バター 小麦粉 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎粒コーン 粒コーン ◎牛乳 牛乳
10 (火)	◎厚揚げの五目煮(芋) 豚あげ 豚もも肉 じゃが芋 人参 さゆうり こぼう 干し椎茸 三度豆 みりん 醤油 砂糖 だし汁	◎ささみの海藻サラダ 糸わかめ 油 精白米	◎ごはん 精白米	◎ツナサンド 食パン ツナ きゅうり マヨネーズ	◎牛乳 牛乳	◎プレーンヨーグルト フレンチポテト
11 (水)	◎鮭寿司(蓮根) 銀サケ 塩 れんこん けいぼ みつば 白ごま ささみ焼きのり 精白米 酢 砂糖 だし汁	◎金時豆煮 金時豆 砂糖 醤油 塩	◎かきたま汁 たまご ほりえん草 えのき葉 かたくり粉 薄口醤油 みりん だし汁	◎フレンチポテト フレンチポテト 塩 あおのり粉	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳
12 (木)	◎豚肉の生姜焼き 豚生姜焼き用 玉ねぎ 生姜 みりん 醤油 だし汁	◎もやしのごま酢和え もやし さゆうり 油あげ 醤油 塩 酢 砂糖 白ごま	◎豆腐のみそ汁 豆腐 青菜 みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎焼きそば ゆで中華そば 豚もも肉 キャラ 人参 とんかつソース ウスターソース あおのり粉 油	◎ちりめんじやこ ちりめんじやこ ◎牛乳 牛乳
13 (金)	◎チーズ揚げ 白身魚 小麦粉 粉チーズ バセリ 揚げ油	◎人参サラダ 人参 グリーンスパラ ちりめんじやこ 油 酢 醤油 だし汁	◎玉ねぎのスープ 玉ねぎ 粒コーン 豚もも肉 薄口醤油 酒 塩 だし汁	◎ロールパン(卵不使用) ロールパン	◎えんどうおにぎり 精白米 もち米 えんどう 塩	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
14 (土)	◎スパゲティナポリタン スパゲティ 油 豚もも肉 玉ねぎ ピーマン ケチャップ 塩 油	◎キャベツのコーン和え キャベツ 人参 粒コーン 醤油 砂糖		◎きな粉ラスク 食パン きな粉 バター 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
16 (月)	◎チキン南蛮 鶏もも肉 上新粉 かたくり粉 揚げ油 酢 砂糖 醤油	◎ほうれん草のコーン和え ほうれん草 キャベツ 人参 粒コーン 醤油 砂糖	◎すまし汁 えのき葉 糸わかめ 青ねぎ 薄口醤油 みりん だし汁	◎ごはん 精白米	◎梅干しおにぎり 精白米 梅干し 酒	◎胡瓜 きゅうり ◎プロセスチーズ プロセスチーズ
17 (火)	◎鮭の照り焼き トラウト 醤油 みりん	◎ポテトサラダ じゃが芋 人参 さゆうり リング レーズン マヨネーズ 塩	◎わかめのみそ汁 玉ねぎ 糸わかめ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎チーズ蒸しパン 小麦粉 ベーキングハウガ- 砂糖 塩 牛乳 油 プロセスチーズ	◎カリカリトースト 食パン ◎牛乳 牛乳
18 (水)	◎ハヤシライス(上新粉) 牛肉 玉ねぎ しめじ 油 グリーンピース 上新粉 油 ケチャップ トマトピューレ トマト水煮	◎ドレッシング和え キャベツ 粒コーン レモン 油 酢 塩 砂糖		◎苺ジャムトースト 食パン いちごジャム	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
19 (木)	◎焼き豆腐 水煮豆腐 ソナ 玉ねぎ 人参 油 ニラ エホンゴ かたくり粉 醤油	◎甘酢炒め れんこん 人参 油 酢 塩 砂糖	◎なめこのみそ汁 なめこ じゃが芋 青ねぎ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎レモンのバウンドケーキ 小麦粉 コーンスターチ ベーキングハウガ- 油 砂糖 たまご レモン 砂糖 レモン	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳

日付	昼 食			3時のおやつ		10時のおやつ
20 (金)	◎筑前煮 鶏もも肉 じゃが芋 ごぼう 人参 こんにゃく 高野豆腐 三葉豆腐 干し椎茸 油 砂糖 精白米	◎ひじきのごま酢和え 酒 みりん 醤油 だし汁	◎ごはん ひじき 砂糖 醤油	◎ビーフンナポリタン ビーフン 豚もも肉 ビーマン 玉ねぎ トマト 油 塩 ケチャップ	◎牛乳 牛乳	◎ブレーンヨーグルト フレンヨーグルト
21 (土)	◎チキンライス 鶏もも肉 玉ねぎ グリンピース ケチャップ 油 塩 精白米	◎ツナサラダ キャベツ ツナ 酢 醤油 油	◎レタスのスープ レタス 人参 豚もも肉 薄口醤油 酒 塩 だし汁	◎フレンチボテト フレンチボテト 塩 あおのり粉	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン
23 (月)	◎豚肉の味噌漬け 豚生姜焼き用 みそ 砂糖 醤油	◎炒めサラダ じゃが芋 人参 三葉豆 マヨネーズ 醤油	◎ふのすまし汁 ふ えのき茸 薄口醤油 酒 だし汁	◎ごはん 精白米	◎バターケーキ 小麦粉 ヘーキングハウケー バター 砂糖 たんこ レーズン リンゴ	◎胡瓜 きゅうり
24 (火)	◎和風醤油スパゲティ スパゲティ 油 ソナ ほうれん草 玉ねぎ しめじ にんにく オリーブ油 醤油 塩	◎甘酢ドレッシング キャベツ ちりめんじやこ 醤油 酢 砂糖 油		◎ひじきのおやき 精白米 ひじき 人参 醤油 砂糖 油	◎牛乳 牛乳	◎カリカリトースト 食パン
25 (水)	◎けんちん揚げ 水切豆腐 豚もも肉 人参 玉ねぎ ビーマン かたくり粉 たまご 醤油 揚げ油	◎の物 糸わかめ きゅうり 塩 ちりめんじやこ 酢 砂糖 塩	◎もやしのみそ汁 もやし 青ねぎ 人参 みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎チーズラスク 食パン マヨネーズ 粉チーズ	◎粒コーン 粒コーン
26 (木)	◎煮魚 生サワラ 生姜 酒 砂糖 みりん 醤油 だし汁	◎ゆで豚サラダ 豚もも肉 生姜 キヤベツ 粒コーン 人参 きゅうり みそ 酢 砂糖 ごま油	◎千切り大根のみそ汁 千切大根 生姜 人参 みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎焼きごまもち 白玉粉 砂糖 白ごま 油 醤油	◎レーズン レーズン
27 (金)	◎タンドリーチキン 鶏もも肉 フレンヨーグルト 純カレー粉 ケチャップ 塩	◎ピクルス キャベツ きゅうり 人参 酢 砂糖 白ワイン 塩	◎きのこスープ えのき茸 しめじ 薄口醤油 酒 塩 だし汁	◎ロールパン(卵不使用) ロールパン	◎塩鮭おにぎり 精白米 醤サケ 塩	◎乾パン 乾パン
28 (土)	◎豚肉甘辛炒め 豚もも肉 玉ねぎ しめじ 青ねぎ 白ごま みそ 醤油 ケチャップ みりん 酒	◎はるさめの酢の物 砂糖 生姜 油 だし汁	◎ごはん はるさめ きゅうり 塩 人参 糸わかめ ちりめんじやこ 酢 砂糖 塩		◎和風ラスク 食パン バター あおのり粉 白ごま	◎フレンチポテト フレンチボテト
30 (月)	◎肉とわかめうどん 乾麺 牛肉 砂糖 醤油 酒 えのき茸 青菜 わかめ 薄口醤油 醤油	◎華風和え みりん 酒 だし汁		◎おにぎり 精白米 焼きのり 塩	◎ピーマン佃煮 ピーマン ちりめんじやこ 油 醤油 みりん	◎粒コーン 粒コーン
31 (火)	◎麻婆豆腐 豆腐 豚ミンチ たけのこ水煮 白ねぎ 生姜 にんにく 油 青ねぎ 八丁みそ オイスター調味料	◎ナムル ケチャップ 醤油 酒 ごま油 かたくり粉	◎ごはん 精白米	◎マカロニのあべ川 マカロニ きな粉 砂糖 塩	◎牛乳 牛乳	◎牛乳 牛乳