

5月

## 23日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	水	ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 ピーマン	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ ホタテ ピーマン 人参 しめじ わかめ エリンギ コーン チンゲン菜 濃口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	豆腐 薄揚げ ほうれんそう 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
2	木	ご飯 ハンバーグ ひじきのドレッシング和え カレースープ	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 薄揚げ 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス 豆腐 砂糖 揚げ油
7	火	ご飯 カレイのきのこあんかけ ほうれん草の炒り煮	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		豚汁	豚肉 わかめ 大根 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌		
8	水	パン グラタン	イエローロール 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ マカロニ ホワイトソース コンソメ	牛乳 スイートポテト	牛乳 卵 さつまいも 砂糖 バター 牛乳
		ツナサラダ コンソメスープ	ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 マヨネーズ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ		
9	木	カレーうどん	うどん 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 薄揚げ 葱 カレールウ だしの素	牛乳 ぼうしパン	牛乳 ミネラルロール バター 卵 薄力粉 砂糖
		切り干し大根サラダ フルーツ	切干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ バナナ		
10	金	ご飯 鮭のかわり焼き 大豆カレー コンソメスープ	ご飯 鮭 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ ケチャップ 砂糖 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
11	土	ハヤシライス 清汁	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	お菓子	お菓子
		フルーツ	りんご		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

5月

## 23日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
13	月	ご飯 鯖の立田揚げ マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 鯖 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ もやし 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 チーズ甘食	牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 薄力粉 粉チーズ ベーキングパウダー
14	火	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え かき玉スープ	ご飯 豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ウェイパー もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 人参 大根 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
15	水	ご飯 シャキシャキつくね 焼きそば 清汁	ご飯 鶏挽肉 れんこん 玉葱 牛乳 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 ホタテ 焼きそば もやし 人参 チンゲン菜 玉葱 豚肉 葱 お好みソース 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん
16	木	ご飯 鯖のみそ焼き 肉じゃが 清汁	ご飯 鯖 白味噌 みりん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 なす わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 マシュマロパンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス マシュマロ 牛乳 卵
17	金	ご飯 ナゲット ひじきのかわり煮 豚汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん コーン コンソメ 砂糖 豚肉 わかめ 大根 ごぼう 竹輪 人参 だしの素 味噌	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
18	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご	お菓子	お菓子
20	月	パン 鶏のパン粉焼き ほうれん草のソテー コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ なす クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 もちもちドーナツ	牛乳 豆腐 ホットケーキミックス 白玉粉 グラニュー糖

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

5月

## 23日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
21	火	鮭わかめご飯 チキン南蛮 コールスローサラダ かき玉スープ フルーツゼリー	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 濃口しょうゆ 砂糖 酢 マヨネーズ 揚げ油 ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 人参 大根 わかめ じゃが芋 ごぼう 色板 卵 ウェイパー みかん缶 ゼリーの素	ジョア	ジョア
				ミニメロンパン	ミニメロンパン
22	水	ご飯 カレイの照り焼き すき焼き風煮 豚汁	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん 牛肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく 白菜 エリンギ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 豚肉 わかめ 大根 筍 じゃが芋 人参 だしの素 味噌	牛乳	牛乳
				チーズケーキ	クリームチーズ 砂糖 卵 薄力粉 コーンスターチ サワークリーム
23	木	カレーチャーハン 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 フルーツ	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 カレー粉 コンソメ 鶏挽肉 高野豆腐 人参 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 薄揚げ しめじ 白菜 じゃが芋 わかめ だしの素 味噌 バナナ	牛乳	牛乳
				サモサ風	ぎょうざの皮 ツナ チーズ 玉葱
24	金	ご飯 コロッケ ブロッコリーのクリーム煮 コンソメスープ	ご飯 豚挽肉 さつまいも じゃが芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 揚げ油 ホタテ ブロッコリー 玉葱 人参 しめじ ホワイトソース ウインナー わかめ ごぼう 人参 キャベツ 大根 コンソメ	クロレラ	クロレラ
				お菓子	お菓子
27	月	ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース ポークビーンズ 大根スープ	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ 揚げ油 唐揚げ粉 豚肉 大豆 人参 玉葱 いんげん ホールトマト コンソメ 砂糖 大根 人参 わかめ 玉葱 チンゲン菜 もやし ウェイパー	牛乳	牛乳
				アップルパイ	パイシート りんご 無塩バター 砂糖
28	火	ご飯 肉団子 もやしサラダ 中華スープ	豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 わかめ 人参 しめじ 玉葱 じゃが芋 豆腐 ウェイパー	牛乳	牛乳
				お菓子	お菓子
29	水	ご飯 鯛の香味焼 牛肉と春雨の炒め物 清汁	ご飯 鯛 葱 酢 砂糖 濃口しょうゆ 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳	牛乳
				お菓子	お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

5月

23日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
30	木	ご飯 タンドリーチキン ポテトサラダ わかめスープ	ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 豚肉 豆腐 大根 人参 さつまいも わかめ 卵 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
31	金	パン 鶏のトマト煮 キッシュ コーンチャウダー	クリームエスカルゴ 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム いんげん コーン 大豆 デミグラスソース ケチャップ ベーコン 卵 玉葱 ほうれんそう マッシュルーム チーズ コンソメ ウインナー キャベツ 人参 ジャガ芋 しめじ なす クリームコーン 牛乳 コンソメ	クロレラ チーズクッキー	クロレラ 無塩バター 粉糖 卵 薄力粉 粉チーズ