



5月のこんだて



フログで写真も見てくださいわ！

月	11	25	中華春雨 ほうれん草サラダ ワカメスープ ごはん	筍・キャベツ・春雨・人参・豚肉・パセリ ほうれん草・もやし・かに蒲鉾・コーン・ごま油 わかめ・榎茸・長葱	丸ボーロ 牛乳	薄力粉・玉子・砂糖・重曹
火	12	26	スキャロップポテト キャベツのゴマ塩サラダ 味噌汁 ごはん	じゃがいも・玉ねぎ・ベーコン・牛乳・しめじ・パセリ キャベツ・コーン・かに蒲鉾・ごま油・すりごま・岩塩 焼き麩・小松菜・味噌・鰹節・煮干し	牛乳寒天 牛乳	牛乳・砂糖・寒天 みかん
水	13	27	五目きんぴら 玉子サラダ 味噌汁 ごはん	ごぼう・人参・豚肉・しいたけ・こんにゃく・白ごま マカロニ・玉子・コーン・竹輪・きゅうり・パセリ・マヨネーズ 長葱・油揚げ・味噌・鰹節・煮干し	拳骨揚げパン 牛乳	強力粉・薄力粉・片栗粉 玉子・牛乳・ドライイースト
木	14	28	酢豚風肉団子 磯サラダ 味噌汁 ごはん	牛豚挽肉・玉葱・にんじん・ピーマン・片栗粉 ワカメ・えのきだけ・焼きのり・もやし・竹輪・ごま油 長葱・豆腐・味噌・鰹節・煮干し	焼きおにぎり 牛乳	ごはん・鰹節・醤油
金	1		パステーハンバーグ 人参シリシリ 味噌汁 ごはん	牛豚挽肉・玉ねぎ・パン粉・牛乳・玉子 人参・玉子・白ごま・ごま油 大根・長葱・味噌・鰹節・煮干し	パステープリン 鯉のぼりクッキー 牛乳	牛乳・バニラエッセンス 生クリーム・玉子 バター・小麦粉・砂糖 玉子
	15	29	ブロッコリーと豚肉の塩炒め ツナサラダ 味噌汁 ごはん	ブロッコリー・鶏肉・大根・人参・しめじ キャベツ・レタス・シーチキン・マヨネーズ・青のり 焼き麩・小松菜・味噌・鰹節・煮干し	いちごヨーグルト 牛乳	ヨーグルト・苺ジャム
土		30	えびシウマイ ブロッコリーサラダ 味噌汁 ごはん	牛豚挽肉・玉ねぎ・生姜・片栗粉・焼売皮 ブロッコリー・きゅうり・竹輪・白ごま・青のり ほうれん草・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	蒸しパン 牛乳	小麦粉・玉子・サラダ油 ベーキングパウダー・砂糖
	2	16	春巻き きゅうりとワカメのサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・キャベツ・にんじん・玉葱・しめじ・きくらげ きゅうり・わかめ・コーン・岩塩・ごま油 わかめ・豆腐・味噌・鰹節・煮干し	抹茶ケーキ 牛乳	薄力粉・バター・抹茶 砂糖・ベーキングパウダー
月		18	陳健民的回鍋肉 ポテトサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・キャベツ・にんじん・玉葱・しめじ・きくらげ じゃがいも・きゅうり・コーン・かに蒲鉾・青のり・マヨネーズ わかめ・豆腐・味噌・鰹節・煮干し	果物 牛乳	バナナ
火		19	鮭のマヨコーン焼き 大根サラダ 味噌汁 ごはん	鮭・コーン・マヨネーズ・粉チーズ・パセリ 大根・きゅうり・竹輪・青のり・マヨネーズ 小松菜・もやし・味噌・鰹節・煮干し	かっぱ巻き 牛乳	きゅうり・ごはん 焼きのり・白ゴマ
水		20	鶏のから揚げ マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 きゅうり・マカロニ・竹輪・コーン・青のり・マヨネーズ 長葱・舞茸・味噌・鰹節・煮干し	アメリカンワッフル 牛乳	薄力粉・バター・食塩・玉子 砂糖・ベーキングパウダー・牛乳
木	7	21	ポテトグラタン レタスサラダ 味噌汁 ごはん	じゃがいも・玉葱・ベーコン・薄力粉・牛乳・チーズ・パセリ レタス・きゅうり・コーン・かに蒲鉾・ごま油・岩塩 小松菜・油揚げ・味噌・鰹節・煮干し	いちごチーズサンド	食パン・クリームチーズ 苺ジャム
金	8	22	カレーライス コールスローサラダ フルーツヨーグルト	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ごはん キャベツ・きゅうり・魚肉ソーセージ・マヨネーズ バナナ・ヨーグルト	ヘルツィーナ・クッキー 牛乳	小麦粉・片栗粉・バニラオイル 砂糖・サラダオイル
土	9	23	魚フライタルタルソースかけ 千切りサラダ 味噌汁 ごはん	スズキ・玉子・小麦粉・マヨネーズ・ピクルス キャベツ・きゅうり・コーン・青のり・ごま油・岩塩 油揚げ・大根葉・味噌・鰹節・煮干し	キャラメル麩ラスク 牛乳	焼き麩・バター・牛乳 砂糖

★行事、その他都合により変更することがございます。