

「リクエストメニュー」  
太字のメニューはリクエストのあった献立です！

	1日(月) 19日(金)	2日(火) 22日(月)	3日(水) 23日(火)	4日(木) 24日(水)	5日(金) 25日(木)	8日(月) 26日(金)
d	あんかけうどん 鶏肉の松風焼き <b>No.3</b> (卵、牛乳、小麦不使用)  ヨーグルト(ストロベリー) <b>No.4</b>	御飯 お好み焼き <b>No.1</b> 普・粗; さつまいもスティック 押・ペ; さつまいもの甘煮 とうふとわかめのみそ汁 果物(バナナ)	御飯 さばのみそ煮 切り干し大根のサラダ 中華風コンスープ 果物(ぶどう)	北海道ミルクパン 1P マカロニグラタン <b>No.1</b> わかめとキュウリの和風サラダ きゃべつとベーコンのコンソメスープ 果物(バナナ)	御飯 大豆入りチーズハンバーグ (卵、乳なし) <b>No.3</b> ほうれん草のソテー えのきとわかめのみそ汁 カルシウムウエハース	レーズンパン さわらのカレームニエル (片栗粉) キャベツとハムのサラダ (マヨドレ) にんじんポタージュ <b>No.2</b> 果物(キウイ)
材料	干しうどん 豚もも えのきたけ たまねぎ ほうれんそう かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 片栗粉 鶏もも皮なし たまねぎ 片栗粉 豆腐(絹ごし) 三温糖 すりみそ いりごま きゅうり ソファール(ストロベリー)	<b>精白米</b> 豚ももミンチ 食塩 キャベツ ねぎ 鶏卵 干し桜えび(無着色) かつお粉 薄力粉 ベーキングパウダー かつお・昆布だし 山芋パウダー いか天入り天かす お好みソース 日清 マヨドレ 糸花鰹 あおのり さつまいも サラダ油 食塩 <b>すりみそ</b> だし カットわかめ 豆腐(絹ごし) たまねぎ バナナ	<b>精白米</b> さば しょうが <b>すりみそ</b> 本みりん 三温糖 カットわかめ 切り干し大根 きゅうり ローズハム にんじん ごま油 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ 中華味 水 コーン缶 鶏卵 たまねぎ 食塩 こいくちしょうゆ 片栗粉 ねぎ ぶどう(デラウエア)	北海道ミルク×1ヶ マカロニ(乾) 鶏肉もも皮なし たまねぎ 薄力粉 有塩バター 牛乳 味の素KKコンソメ 食塩 こしょう ピザ用チーズ カットわかめ きゅうり こいくちしょうゆ 上白糖 穀物酢 ごま油 味の素KKコンソメ 食塩 水 キャベツ ベーコン にんじん バナナ	<b>精白米</b> 牛ももミンチ 水煮だいず たまねぎ プロセスチーズ 豆腐(絹ごし) 片栗粉 食塩 こしょう ナツメグ トマトケチャップ かぼちゃ ほうれんそう コーン缶 ベーコン サラダ油 食塩 <b>すりみそ</b> だし えのきたけ カットわかめ キャベツ バナノウエハース	NEGLEースラウド40g×1ヶ さわら 食塩 こしょう 片栗粉 カレー粉 サラダ油 きゅうり キャベツ ローズハム コーン缶 日清 マヨドレ にんじん たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 豆乳(調整豆乳) 食塩 こしょう 有塩バター キウイ(ゴールド)

4~6月  
給食リクエスト

\*献立、食材は都合により変更になることがあります。

	9日(火) 29日(月)	10日(水)	17日(水) 30日(火)	18日(木) 31日(水)
献立	チキンカレーピラフ <b>No.1</b> きゃべつときゅうりのフレンチサラダ ウインナーと大根のコンソメスープ 果物(オレンジ)	御飯 ささみのフライ <b>No.5</b> かぼちゃの含め煮 豆腐のすまし汁 カルシウムたまごボーロ	夏野菜カレー <b>No.3</b> アスパラとコーンのサラダ (マヨドレ) <b>No.5</b> りんごゼリー	御飯 鮭の塩こうじ焼き ひじきのごま風味サラダ (マヨドレ) きゃべつとたまごの中華スープ 果物(ぶどう)
材料	<b>精白米</b> 鶏もも皮なし たまねぎ にんじん ピーマン 味の素KKコンソメ 水 カレー粉 トマトケチャップ 食塩 有塩バター キャベツ きゅうり サラダ油 穀物酢 食塩 こしょう 上白糖 味の素KKコンソメ 食塩 たまねぎ ウインナーソーセージ だいこん かいわれ オレンジ	<b>精白米</b> 鶏肉ささみ 食塩 片栗粉 牛乳 コーンフレーク きゅうり <b>かぼちゃ</b> だし こいくちしょうゆ 上白糖 かつお・昆布だし 豆腐(絹ごし) 食塩 料理酒 うすくちしょうゆ たまねぎ かいわれ カルシウムたまごボーロ	<b>精白米</b> 豚ももミンチ たまねぎ にんにく <b>かぼちゃ</b> なす ピーマン オクラ プロセスチーズ 大豆油 パーモンドカレー甘口 グリーンアスパラガス きゅうり コーン缶 ローズハム 日清 マヨドレ りんごジュース 上白糖 イナアガー	<b>精白米</b> アトランティックサーモン 塩こうじ きゅうり ひじき こいくちしょうゆ きゅうり コーン缶 日清 マヨドレ ごま こいくちしょうゆ キャベツ ごま油 白ねぎ 中華味 食塩 鶏卵 オイスターソース ぶどう(デラウエア)

人気ランキング

《保護者様》	《職員》
1位 チキンカレーピラフ	1位 チキンカレーピラフ
2位 お好み焼き	2位 マカロニグラタン
3位 ハンバーグ	2位 にんじんポタージュ
3位 夏野菜カレー	3位 夏野菜カレー
4位 鶏肉の松風焼き	4位 ハンバーグ
4位 大豆入りチーズハンバーグ	えんどう豆と新玉ねぎのポタージュ
4位 鶏の竜田揚げ	5位 ささみフライ
4位 マカロニグラタン	チンジャオロウス
4位 ヨーグルト	あじの竜田揚げ
4位 白身魚のフライ	アスパラとコーンのサラダ
4位 さわらのカレームニエル	
4位 かぼちゃと鶏ひき肉のカレー	

地元のおやさい使っています!  
(普賢寺ふれあいの駅より納品)  
精白米 すりみそ かぼちゃ きゅうり



<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー 388Kcal	タンパク質 15.6g	脂質 12.2g	カルシウム 141mg	鉄 1.9mg	ビタミンA 121 μg
ビタミンB1 0.21mg	ビタミンB2 0.21mg	ビタミンC 27mg	食物繊維 3.1g	食塩相当量 2.2g	