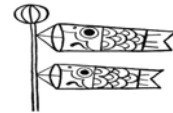




5月の献立



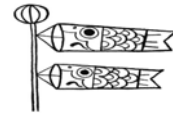
なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年5月 (3品 月~土)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
5月1日(月)	豚肉と野菜の甘酢あん コールスロー ソーセージのケチャップ炒め わかめと人参の味噌汁 麦ごはん	片栗粉	豚肉 マヨネーズ(卵) ソーセージ(乳、卵) 味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、枝豆 キャベツ、人参、コーン、パセリ 玉ねぎ、ピーマン、トマト わかめ、人参	野菜ジュースゼリー
		米、麦			野菜ジュース
5月2日(火)	チキンとブロッコリーのトマト煮 マカロニサラダ 厚揚げ豆腐とナス炒め 玉ねぎと人参スープ きびごはん こいのぼりゼリー	マカロニ(小麦粉)	鶏肉 マヨネーズ(卵)ハム(豚、卵、乳) 豆腐(大豆)	ブロッコリー、玉ねぎ、人参、キャベツ、えのき、トマト 玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン ナス、オクラ、玉ねぎ 玉ねぎ、人参	パンプキンコロッケ
		米、きび			大豆、小麦
5月6日(土)	鶏肉と野菜の五色煮 ねばねばサラダ 茄子の煮浸し 貝だくさん味噌汁 白米 果物	片栗粉	鶏肉 かつお 味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、インゲン、コーン 大根、人参、きゅうり、ごぼう 昆布、オクラ 茄子、万能ねぎ 季節の野菜	チョコパン
		米			小麦粉、大豆、乳
5月8日(月)	ハンバーグ(カレーソース) ブロッコリーと彩りサラダ テータースティック 大根の生姜スープ 麦ごはん 果物	小麦粉、片栗粉	牛、豚、(乳)	パセリ ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン	豆乳バナナコッタ (いちごソース)
		米、麦		大根、万能ねぎ	大豆
5月9日(火)	白身魚と野菜のあんかけ 野菜の塩昆布和え 揚げ出し豆腐 ソメメン汁 きびごはん	片栗粉 白ごま 片栗粉 ソメメン(小麦粉) 米、きび	魚(バサ) 豆腐(大豆) 味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ピーマン、えのき キャベツ、人参、きゅうり、塩昆布 大根おろし、万能ねぎ 万能ねぎ	サクサククッキー
					小麦粉、大豆、乳
5月10日(水)	麻婆ナス キャベツとわかめの中華風 しめじのニラ玉 えのきの中華スープ 白米 果物	片栗粉 白ごま	豚ミンチ カニカマ(卵、乳) 卵	玉ねぎ、人参、ナス キャベツ、わかめ しめじ、ニラ、もやし えのき、キャベツ、人参	人参パウンドケーキ
		米			小麦粉、卵、乳、大豆
5月11日(木)	豚ミンチとキャベツのソース炒め カミカミサラダ ハワイヤ炒め アーサ味噌汁 雑穀米	じゃが芋	豚ミンチ ちくわ(魚)、マヨネーズ(卵) ツナ(魚) 豆腐、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、にんにく 枝豆、ごぼう、人参 ハワイヤ、人参、万能ねぎ アーサ、万能ねぎ	ちんぴん
		米、黒米、麦、きび			小麦粉、大豆、黒糖
5月12日(金)	醤油ラーメンの具 ブロッコリーとキャベツの香味ドレ ぎょうざ 醤油スープ 麺 プリン	小麦粉	豚肉 ツナ(魚) 豚肉	人参、コーン ブロッコリー、キャベツ、人参	まんまるドーナツ
		小麦粉		長ネギ、わかめ	小麦粉、卵、乳
5月13日(土)	豚肉チャブチエ 彩りサラダ ブロッコリーのカニカマあんかけ 貝だくさんスープ 白米	春雨、白ごま	豚肉	人参、玉ねぎ、ニラ、しいたけ 人参、玉ねぎ、ひじき、オクラ、コーン	おにまんじゅう
		片栗粉	カニカマ(卵、乳)	ブロッコリー、玉ねぎ 季節の野菜	小麦粉
5月15日(月) ★うちなメニュー★	彩り野菜のもずく煮 島豆腐の白和え 人参しりしり 玉ねぎと人参の味噌汁 白米	片栗粉	豚ミンチ 豆腐(大豆) 卵 味噌(大豆)	もずく、コーン、ピーマン、オクラ、人参 人参、水菜、こんにやく 人参 玉ねぎ、人参	シークワーサーフルー ツボンチ
		米			シークワーサー
5月16日(火)	パンプキンシチュー ひじきの洋風サラダ 肉団子(トマト味) オニオンスープ パセリごはん 果物	小麦粉	鶏ささみ、チーズ(乳)	玉ねぎ、人参、カボチャ、枝豆、えのき	紅茶スコーン
		片栗粉	鶏肉、卵、乳	トマト	乳、大豆、小麦粉
		米		パセリ	



5月の南犬立



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年5月 (3品 月~土)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
5月17日(水)	野菜たっぷり生姜焼き もずくとオクラの酢の物 グルクンのあんかけ ゆし豆腐 雑穀米	小麦粉、片栗粉	豚肉 グルクン 豆腐(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ、いんげん もずく、オクラ、きゅうり、コーン 玉ねぎ、人参、ピーマン 万能ねぎ	ちんすこう
		米、黒米、麦、きび			小麦粉
5月18日(木)	じゃがりこチンジャオロース 野菜サラダ しゅうまい 中華コーンスープ 麦ごはん 果物	じゃがりこ 小麦粉	牛肉 豆腐(大豆)、ツナ 鶏肉(大豆、乳)	人参、玉ねぎ、ピーマン ノロコリ、人参、枝豆、 キャベツ 玉ねぎ、キャベツ コーン、わかめ、白ネギ	パンケーキ
		米、麦			小麦粉、乳、卵、大豆
5月19日(金)	親子丼 かぼちゃサラダ ポークとベジタブル炒め 大根とえのきの味噌汁 きびごはん	マヨネーズ(卵)	鶏肉、卵 ポーク(豚、乳) 味噌(大豆)	人参、ピーマン、玉ねぎ かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ 人参、グリーンピース、コーン 大根、えのき、万能ねぎ	きなこラスク
		米、きび			大豆、乳、小麦粉、卵
5月20日(土)	肉じゃが シークワサー風なます クーフィリチー 貝だくさんスープ 白米 果物	じゃがりこ	豚肉 ちくわ(魚)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、いんげん 大根、人参、きゅうり、シークワサー 昆布、千切大根、人参 季節の野菜	アメリカンドック
		米			小麦粉、大豆、乳、卵
5月22日(月)	照り焼きハンバーグ わかめときゅうりの酢の物 ミーゴレン キャベツとほうれん草の味噌汁 麦ごはん 果物	ソーメン(小麦粉)	牛肉、鶏肉、(乳) 豆腐(大豆) 味噌(大豆)	万能ねぎ わかめ、きゅうり、大根、コーン 玉ねぎ、もやし、赤・黄パプリカ キャベツ、ほうれん草	ココアプリン
		米、麦			乳
5月23日(火)	野菜の中華煮 春雨サラダ ブロッコリーとベーコン炒め わかめの中華スープ 白米	片栗粉 春雨、白ごま	豚肉 ハム(乳、卵) ベーコン(豚、卵、乳)	キャベツ、人参、玉ねぎ、コーン 人参、きゅうり ブロッコリー、えのき わかめ、長ネギ	ゴマクッキー
		白ごま 米			ゴマ、小麦粉、大豆、乳
5月24日(水)	豚肉と根菜の味噌煮 和風マカロニサラダ 干切大根煮 アーサお吸い物 しそごはん ヨーグルト	じゃがりこ、さつま芋 マカロニ(小麦粉)	豚肉、味噌(大豆) ツナ(魚) 豆腐(大豆)	玉ねぎ、人参、ごぼう キャベツ、人参、きゅうり 大根、人参、万能ねぎ アーサ、万能ねぎ しそ	豆腐ドーナツ
		米			大豆、小麦粉
5月25日(木) ★国際料理★	キーマカレー インド風サラダ ツナと茄子のショートパスタ インド風スープ パン	小麦粉	合挽きミンチ	人参、玉ねぎ、枝豆、コーン、トマト きゅうり、玉ねぎ、キャベツ、トマト、ひよこ豆 ズッキーニ、ナス、赤パプリカ、ブロッコリー 玉ねぎ、人参、セロリ、トマト	ヨーグルトのもちもちケーキ
		フジリ(小麦粉)	ツナ(魚)		
		小麦粉			乳、大豆、卵、小麦粉
5月26日(金)	ふーちゃんぶるー ひじきのマヨサラダ テリーヌ ゆし豆腐 きびごはん 果物	蕎麦 マヨネーズ(卵)、すりごま	豚肉、卵 鶏ささみ カニカマ(卵、乳) 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ニラ、キャベツ キャベツ、ひじき、枝豆、コーン オクラ、人参 万能ねぎ	ツナとマカロニの サンドイッチ
		米、きび			小麦粉、乳、大豆、卵 ツナ
5月27日(土)	のっぺい煮 ブロッコリーとおかか和え チキンナゲット 貝だくさん味噌汁 白米	じゃがりこ 小麦粉	鶏肉、豆腐(大豆) かつお(魚) 鶏肉(卵) 味噌(大豆)	人参、大根、ごぼう、こんにゃく ブロッコリー、コーン 季節の野菜	黒糖蒸しパン
		米			小麦粉、乳、大豆、卵 黒糖
5月29日(月)	回鍋肉 中華風さっぱりサラダ 春巻 中華スープ 麦ごはん	片栗粉 白ごま 春雨	豚肉 ツナ(魚) 鶏肉	キャベツ、人参、ピーマン、玉ねぎ キャベツ、人参、きゅうり キャベツ、にんにく わかめ、コーン	大学芋
		米、麦			大豆、ゴマ
5月30日(火)	ミートスパゲティー ポテマカサラダ テータースティック コンソメスープ 麺 誕生会ケーキ	じゃがりこ、マカロニ、小麦粉 小麦粉	合挽きミンチ(牛、豚) ハム(乳、卵) 鶏肉	玉ねぎ、パセリ、トマト 玉ねぎ、人参、きゅうり キャベツ、人参	きなこフレンチトースト
		麺(小麦粉)			乳、卵、小麦粉、大豆
5月31日(水)	鮭とじゃがりこの塩炒め わかめときゅうりの和え物 かぼちゃのそぼろあん 豆腐とオクラのお吸い物 白米	じゃがりこ	鮭 鶏ミンチ 豆腐(大豆)	ブロッコリー、玉ねぎ、しめじ 玉ねぎ、きゅうり、わかめ、大根 かぼちゃ オクラ、万能ねぎ	パウンドケーキ
		片栗粉 米			小麦粉、大豆、乳、卵

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

