

# 5月献立予定表

2021年 甲斐市立電王西小学校



ひょうひ	牛乳	ごはんてがい		ちやいやくやほかになる		からだのちようしをどとのえる	みどりのはな	×E
		主食	副食	あかのなにかま	せいろのはな			
(木)	6	○	たけのこごはん ①	はるまき ② ひじきサラダ ③ すまし汁 ④ かしわもち ⑤ 	① とうりく えたまめ	こめ もちこめ	にんじん たけのこ	5がつらには、こどものです。けんきんをたたくてほしいとねがいをこめられたいです。かしわもちもそのひとつです。
					② はるまき	さとう	にんじん	
					③ ハム(無添加)ひき	あぶら さとう	にんじん きゅうり キヤベツ コーン	
					④ かまぼこ	あぶら さとう	こまつな ねぎ たまねぎ にんじん	
					⑤ かまぼこ	あぶら さとう	かしのもち	
(金)	7	○	ブルコキ ①	チョシキサラダ ② ちゅうかスープ ③	① ぶたにく	こめ むぎ こまあぶら	ちやし にんじん にら にんにく	
					② かまぼこ のり	さとう こまあぶら	きゅうり キヤベツ	
					③ とうろ とうりく	かたくりこ	にんじん チンゲン菜 ねぎ	
					④ ぶたにく	やきそばめん あぶら	キヤベツ ビーコン ちやし	
					① ぶたにく	やきそばめん あぶら	たまねぎ にんじん	
(月)	10	○	ミート やきそば ①	たまねぎドレッシング ② きのごスープ ③ やきブリソタルト ④	① ぶたにく	こめ むぎ	キヤベツ たまねぎ	しゃんすの てあひる わすれずに!!
					② かまぼこ	あぶら さとう	キヤベツ きゅうり にんじん	
					③ べーコン(無添加)		しめじ えのきだけ にんじん	
					④ ぶたにく	こめ むぎ	たまねぎ にんじん	
					① ぶたにく	さとう こま	たまねぎ にんじん	
(水)	12	○	ココア あげパン ①	ホットサラダ ② ミネストローネ ③ れいとうみかん ④	① ぶたにく	こめ むぎ	コーン にんじん フロッコリー	パンズのおはるく をこころがけましょう
					② さば	さとう こま	キヤベツ にんじん たまねぎ	
					③ ちくわ のり	さとう あぶら	セロリ トマト	
					④ ぶたにく	こめにやく じゃがいも	れいとうみかん	
					① ぶたにく	こめ むぎ	なめしごぼんのもと	
(木)	13	○	なめし ごはん ①	いりとうろ ② かんてんサラダ ③ わかめのみそしる ④	① とうりく とうろ	こめ むぎ	にんじん たまねぎ しだけ	
					② ちくわ たまご	さとう あぶら	にんじん たまねぎ しだけ	
					③ とうりく かんてん	あぶら さとう	きゅうり キヤベツ だいこん	
					④ わかめ		ほうれんそう にんじん ねぎ だいこん	
					① ぶたにく	こめ むぎ	なめしごぼんのもと	
(金)	14	○	むぎごはん ①	カレー ② シーザーサラダ ③ フルーツゼリー ④	① ぶたにく	こめ むぎ	たまねぎ にんじん すりりんご	
					② ぶたにく	あぶら じゃがいも	にんじん しょうが	
					③ べーコン(無添加)	ソフトアイス	あかバリアリカ コーン キヤベツ	
					④ ぶたにく	せりのもと	みかん パイン	
					① ぶたにく	こめ むぎ	たまねぎ にんじん すりりんご	
(月)	17	○	にくうどん ①	とりのてりやき ② フロッコリーサラダ ③ レモンソープ ④	① ぶたにく	うどん	しだけ たまねぎ ほうれんそう	
					② とうりく	さとう かたくりこ	フロッコリー にんじん きゅうり	
					③ とうりく	あぶら	コーン	
					④ とうりく	あぶら	コーン	
					① ぶたにく	こめ むぎ	たまねぎ にんじん すりりんご	
(水)	19	○	こどもパン ①	タンポローチキン スターボサラダ ③ やさいスープ ④ フルーチェ ⑤	① ぶたにく	こどもパン	にんにく しょうが	
					② とうりく		にんにく しょうが	
					③ ツナ	マカロニ さとう	フロッコリー にんじん キヤベツ	
					④ べーコン(無添加)	フルーチェのもと(イチゴ)	ほうれんそう たまねぎ にんじん	
					⑤ ぶたにく	こめ むぎ	たまねぎ にんじん	
(木)	20	○	むぎごはん ①	さわらのみそつけやき ② うめおかかあえ ③ だいこんのみそしる ④ あかさかトマト ⑤	① かわら	こめ むぎ	ちやし きゅうり にんじん	
					② さわら	さとう	えのきだけ うめ	
					③ かまぼこ	あぶら	ほうれんそう だいこん	
					④ とうろ		ほうれんそう だいこん	
					① かわら	こめ むぎ	ちやし きゅうり にんじん	
(金)	21	○	げんまいいり ごはん ①	てづくりだてメソチ ② だいにんボタチサラダ ③ もずくスープ ④	① ぶたにく	こめ げんまい	キヤベツ たまねぎ にんにく	
					② ぶたにく	こおぎこ パンこ	しょうが	
					③ ハム(無添加)	あぶら	だいこん にんじん きゅうり	
					④ ぶたにく	あぶら	たまねぎ えのきだけ にんじん みずな	
					① かわら	こめ むぎ	ちやし きゅうり にんじん	

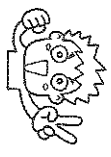
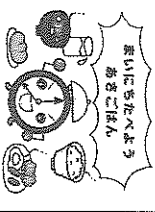
材料に都合により献立が変更する場合があります。  
献立は裏面に続きます。

# 5月献立予定表



2021年 甲斐市立竜王西小学校

日 牛 乳	主 食	副 食	ちやにくやまねになる		ねつやちからのちとになる		からだのちようしをどとのえる		メモ		
			あかのなみま	さいろのなみま	あかのなみま	さいろのなみま	あかのなみま	さいろのなみま			
24 ○ (月)	しよようゆ ラーメン ①	さかなのしモンソーヌかけ はくさいのさつぱりあえ オレソシ ④	① ぶたにく	なると	ちゆうかめん	にんじん	コーン	ほうれんそう	ねぎ		
			② さわら		かたくりこ	あぶら	さとう	しもんかじゆう		はくさい	
			③ ハム(無添加)		あぶら	さとう		きゅうり		にんじん	キャベツ
			④					オレソシ		れいとうおかかん	
25 ○ (火)	むぎごはん ①	ローホはるさめ ② ナムル ③ ちゆうかコーンスープ れいとうおかかん ⑤	① ぶたにく		かたくりこ	にんじん	たけのこ	しいたけ	ねぎ		
			②								
			③								
			④								
26 ○ (水)	ハニー トースト ①	じゃがいものナポリ風 ② ソーセージスープ ③ ヨーグルトポーチ ④	①		かたくりこ	にんじん	たまねぎ	しょうが	ねぎ		
			②								
			③								
			④								
27 ○ (木)	むぎごはん ①	てつくりしゆうまい ② チャプチェ ③ コーンわかめスープ ④	①		かたくりこ	にんじん	ほうれんそう	にんじん	ねぎ		
			②								
			③								
			④								
28 ○ (金)	むぎごはん ①	あつあげのみそいため ② ポリポリサラダ ③ のっぺいじる ④	①		かたくりこ	にんじん	たまねぎ	しいたけ	ねぎ		
			②								
			③								
			④								
31 ○ (月)	むぎごはん ①	ちくわのいそへあげ ② いりどり ③ キャベツのみそしる ④ れいとうパイン ⑤	①		かたくりこ	にんじん	たまねぎ	しいたけ	ねぎ		
			②								
			③								
			④								
			⑤								



材料の都合により献立が変更する場合があります。