

5月分こんだてひょう(中学校)

白(曜)	こんだてめい	青(おもにエネルギーのものとなる)	赤(おもにからだをつくるものとなる)	緑(おもにからだの調子をととのえるものとなる)
1日 (木)	牛肉と大豆のカレーライス レタスとコンのサラダ 棒チーズ			
2日 (金)	トンカツ ミネストローネ 和なし (カット缶)			
7日 (水)	肉じゃが きゅうりの酢のもの ごまかか ソフト黒豆			
8日 (木)	あかうおのしょうゆだれかけ みそ汁 ひじきのいため煮			
9日 (金)	ミートソーススパゲッティ 焼きかぼちゃ カレーフィッシュ 発酵乳			
12日 (月)	タコライス とうふともすくのとろり汁 にんじんのしり風			
13日 (火)	豚肉と野菜のカレースープ 煮 変わりビザ ミックスフルーツ (缶)			
14日 (水)	きびなごてんぶら みそ汁 わかだけ煮			
15日 (木)	フルゴギ とうふとかわめのスープ さんどまめのナムル			
16日 (金)	鶏肉とコソのシチュー (★大豆) キャベツのひじきドレッシング かわばんかん			
19日 (月)	焼きシューマイ 鶏肉とはるさめのスープ ツナともやしのいためもの			
20日 (火)	かつおのガーリックマリネ焼き 押愛のスープ グリーンアスパラガスのソテー			
21日 (水)	かやくご飯 みそ汁 まつ茶いいろう			
22日 (木)	ホイコウロー 中華スープ あつあげのビリ辛じょうゆかけ			
23日 (金)	マカロニグラタン タイソードキャベツのスープ (★大豆) みかん (缶)			
26日 (月)	さけのみぞ焼き 五目汁 焼きのり えんどうの卵とじ (★卵)			
27日 (火)	ウインナーのケチャップソース スープ おさつチップス 焼きツナキャベツ			
28日 (水)	ちくわのいそべあげ あつあげとさといものみそ煮 キャベツの赤じそあえ			
29日 (木)	豚耳 きゅうりのかつお梅風味 白玉たんご			
30日 (金)	金時豆の中華おこわ まる天と野菜のうま煮 パインアップル (カット缶)			

★は、除去食対応（卵、大豆）があります。