





①令和 7 年度 5 月分 献立表詳細

日	5月21日(水)		5月22日(木)		5月23日(金)		5月26日(月)		5月27日(火)		5月28日(水)	
献立名	子どもパン 牛乳 人参のポタージュ オムレツ マセドアンサラダ マヨネーズ		ご飯 牛乳 豚汁 鯖の塩焼き 炒り豆腐		ご飯 牛乳 中華丼 チヂミ ナムル ナムルドレッシング		ご飯 牛乳 みそキムチスープ 春巻 ビーフンの五目炒め		ご飯 牛乳 アルファベットスープ メンチカツ キャベツのガーリックソテー ソース		ご飯 牛乳 新じゃがの煮物 鰯の塩麹焼き おかか和え しょうゆ・かつお節	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	子供パン	50	米強化米	75 0.25	米強化米	75 0.25	米強化米	75 0.25	米強化米	75 0.25	米強化米	75 0.25
	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	にんじんペースト	30	豚肉	15	豚肉	25	鶏肉	8	マカロニ	6	豚肉	22.5
	たまねぎ	20	じゃがいも	15	しょうが	0.6	チンゲンサイ	10	豚肉	20	じゃがいも	45
	米油	0.5	だいこん	20	米油	1	にんじん	8	たまねぎ	10	じゃがいも	22.5
	パセリ	0.05	にんじん	10	いか	20	ねぎ	8	にんじん	15	にんじん	22.5
	牛乳	40	ごぼう	10	なると	12	にら	8	はくさい	20	たまねぎ	27
	ポタージュベース	12	こんにゃく	10	たまねぎ	35	きくらげ	0.3	ピーマン	5	こんにゃく	18
	コンソメ	0.2	ねぎ	8	にんじん	20	しょうが	0.5	コンソメ	1.2	さやいんげん	9
	生クリーム	5	和風だし	0.5	チンゲンサイ	12	生揚げ	20	塩	0.4	さつまあげ	9
	バター	0.5	赤みそ	5	はくさい	45	キムチ	8	こしょう	0.01	濃口しょうゆ	8.1
	塩	0.1	白みそ	4	たけのこ	10	白みそ	4	薄口しょうゆ	2	砂糖	3.15
	こしょう	0.01	水	120	うずら卵	10	赤みそ	4	水	150	みりん風調味料	0.9
	水	95	出来上がり量	200	きくらげ	0.5	中華スープ	0.7	出来上がり量	200	料理酒	0.9
	出来上がり量	195			中華スープ	0.8	水	120			和風だし	0.9
	オムレツ	50	塩さば	50	オイスターソース	1	出来上がり量	200	メンチカツ	60	米油	0.9
			米油	0.5	薄口しょうゆ	3			米油	0.6	水	36
	冷凍ダイスポテ	40			塩	0.5	春巻	35			出来上がり量	185
	きゅうり	15	豆腐	30	砂糖	0.25	米油	3.5	ブロッコリー	20		
にんじん	10	鶏肉	10	料理酒	1.2			キャベツ	40	あじ塩麹漬け	50	
出来上がり量	53	ねぎ	6	こしょう	0.01	ビーフン	7	ショルダーベーコン	6	米油	0.5	
マヨネーズ	6	にんじん	8	ごま油	1.2	えび	15	オリーブオイル	0.3			
		さやいんげん	4	でん粉	4.5	たまねぎ	15	にんにく	0.3	もやし	35	
		しいたけ	0.2	水	40	ピーマン	5	コンソメ	0.05	はくさい	15	
		米油	0.5	出来上がり量	215	しめじ	8	塩	0.15	にんじん	8	
		砂糖	1.5			中華スープ	0.13	こしょう	0.01	出来上がり量	35	
		料理酒	0.5	チヂミ	40	塩	0.04	出来上がり量	43			
		みりん風調味料	0.8	米油	4	こしょう	0.01			しょうゆ100ml	2	
		薄口しょうゆ	3			薄口しょうゆ	1.4	中濃ソース160ml	5	かつおぶし	0.1	
		出来上がり量	55	小松菜	8	オイスターソース	0.5					
				にんじん	8	料理酒	1					
				だいこん	20	ごま油	1.5					
				もやし	30	米油	1					
				出来上がり量	40	出来上がり量	48					
				ナムルドレッシング	6.25							

①令和 7 年度 5 月分 献立表詳細

日	5月29日(木)		5月30日(金)						
献立名	中華麺 牛乳 豚骨ラーメン ショウロンポウ2個 ごぼうサラダ ごまクリーミードレッシング		ご飯 牛乳 けんちん汁 ささみの甘辛揚げ 千草炒め						
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)	(g)
	中華麺	80	米	75					
			強化米	0.25					
	牛乳	206	牛乳	206					
	焼き豚	20	さといも	20					
	もやし	30	にんじん	10					
	ねぎ	5	だいこん	15					
	メンマ	10	ごぼう	8					
	チンゲンサイ	15	ねぎ	5					
	きくらげ	1	しいたけ	0.5					
	しょうが	0.6	生揚げ	30					
	ごま	1	和風だし	0.5					
	米油	1	料理酒	2					
	豚骨ラーメンスープ素	12	濃口しょうゆ	7					
	豚と鶏ガラスープ	10	水	120					
	薄口しょうゆ	2	ごま油	1					
こしょう	0.01	出来上がり量	200						
水	120	鶏ささみ肉	40						
出来上がり量	220	でん粉	5						
ショウロンポウ	50	米油	5						
ごぼう	16	みりん風調味料	1						
にんじん	8	濃口しょうゆ	5						
きゅうり	10	砂糖	4						
もやし	10	水	7						
出来上がり量	30	炒り玉子	10						
ごまクリーミードレッシング	6	かまぼこ	10						
		ほうれん草	10						
		もやし	10						
		キャベツ	20						
		米油	1.2						
		和風だし	0.2						
		濃口しょうゆ	0.15						
		塩	0.1						
		出来上がり量	43						