

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日 | 曜 | 献立名 | 主な食材 |
| 17 | 金 | ゆかりご飯さわらの西京焼きすまし汁キノコ納豆 | 発芽玄米　ゆかり　みりん　醤油　薬膳だしさらわ　いんげん　酒　みりん　黒砂糖　塩　薄口醤油　濃口醤油　白味噌　味噌えのき　麩　三つ葉　塩　薄口醤油　なめこ　きくらげ　しめじ　人参　玉葱　納豆　醤油 |
| 20 | 月 | 薩摩芋ご飯すき焼き風味噌汁胡麻和え | 発芽玄米　薩摩芋　黒ごま　みりん　塩　醤油　薬膳だし焼き豆腐　玉葱　糸蒟蒻　椎茸　白菜　白葱　みりん　黒砂糖　醤油玉葱　油揚げ　葱　味噌ひじき キャベツ 人参　胡麻　みりん　黒砂糖　醤油 オリーブオイル |
| 21 | 火 | 枝豆ご飯ソース炒め味噌汁白和え | 発芽玄米　枝豆　みりん　塩　醤油　薬膳だし　キャベツ　玉葱　人参　さつま揚げ　もやし　ピーマン　ソース　鰹節　中華だし玉葱　人参　葱　味噌木綿豆腐　ほうれん草　人参　胡麻　黒砂糖　薄口醤油　白味噌 |
| 22 | 水 | たくあんご飯金平牛蒡味噌汁山芋納豆 | 発芽玄米　たくあん　みりん　醤油　薬膳だし牛蒡　人参　蒟蒻　油揚げ　玉葱　白葱　胡麻油　みりん　醤油　茄子　人参　葱　味噌オクラ　山芋　昆布　人参　納豆　醤油 |
| 23 | 木 | ぺぺロンチーノわかめスープひじき納豆 | 米粉パスタ　玉葱　しめじ　キャベツ　コーン　椎茸　ニンニクオリーブオイル　塩　コショウわかめ　人参　玉葱　胡麻　中華だし　薄口醤油ひじき　人参　胡瓜　竹輪　納豆　醤油 |
| 28 | 火 | 昆布ご飯シシャモ味噌汁オクラ納豆 | 発芽玄米　昆布　人参　油揚げ　みりん　醤油　薬膳だしシシャモ玉葱　葱　わかめ　味噌オクラ　山芋　人参　昆布　納豆　醤油 |
| 29 | 水 | いりこご飯あんかけ豆腐味噌汁春雨サラダ | 発芽玄米　いりこ　油揚げ　胡麻　みりん　醤油　薬膳だし厚揚げ　えのき　椎茸　人参　玉葱　しめじ　絹さや　みりん　黒砂糖　醤油　薄口醤油　片栗粉玉葱　人参　葱　味噌春雨　胡瓜　人参　わかめ　胡麻　黒砂糖　醤油　胡麻油 |
| 30 | 木 | 小松菜とちりめんご飯ジャーマンポテト味噌汁白菜納豆 | 発芽玄米　小松菜　ちりめん　みりん　醤油　薬膳だしじゃが芋　玉葱　人参　ブロッコリー　コンソメ　塩　こしょう　パセリ人参　玉葱　油揚げ　味噌白菜　人参　竹輪　納豆　醤油 |
| 31 | 金 | おかかご飯高野豆腐煮物味噌汁もやし納豆 | 発芽玄米　鰹節　胡麻　みりん　醤油　薬膳だし高野豆腐　玉葱　人参　椎茸　昆布　蒟蒻　竹輪　みりん　黒砂糖　醤油なめこ　大根　味噌もやし　人参　青のり　納豆　醤油　　　献立は食材の納品等により変更する場合があります。ご了承ください。　 |





**５月の給食献立**

**たちばな幼稚園好川　智菜**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日 | 曜 | 献立名 | 主な食材 |
| 1 | 水 | わかめ胡麻ご飯炒め切干大根煮味噌汁白菜納豆 | 発芽玄米　わかめ　胡麻　みりん　塩　醤油　薬膳だし切干大根　玉葱　人参　椎茸　昆布　竹輪　胡麻　みりん　黒砂糖　醤油玉葱　大根　葱　味噌　　白菜　人参　青のり　納豆　醤油 |
| 2 | 木 | キャロットご飯ポークビーンズ風味噌汁小松菜のおかか和え | 発芽玄米　人参　胡麻　みりん　醤油　薬膳だしじゃが芋　人参　玉葱　茄子　竹輪　大豆　塩　黒砂糖　トマト缶　ケチャップ　野菜コンソメ　お好みソース　ウスターソース牛蒡　人参　油揚げ　味噌小松菜　人参　もやし　竹輪　鰹節　みりん　醤油 |
| 7**郷土料理理** | 火 | どんどろけご飯野菜の煮物コンソメスープキャベツ納豆 | 発芽玄米　人参　葱　木綿豆腐　椎茸　牛蒡　油揚げ　胡麻　酒　みりん　醤油　薬膳だし　オリーブオイル大根　牛蒡　人参　椎茸　蒟蒻　昆布　みりん　黒砂糖　醤油　グリンピース白菜　玉葱　野菜コンソメ　薄口醤油　パセリキャベツ　人参　コーン　納豆　醤油 |
| 8 | 水 | 大根ご飯おでん風煮味噌汁もやしナムル | 発芽玄米　大根　胡麻　みりん　醤油　薬膳だし大根　人参　椎茸　蒟蒻　厚揚げ　じゃが芋　竹輪　みりん　黒砂糖　醤油　玉葱　しめじ　豆腐　味噌もやし　胡瓜　人参　わかめ　胡麻　黒砂糖　薄口醤油　塩　胡麻油　 |
| 9 | 木 | キノコご飯麻婆豆腐中華スープ胡麻酢和え | 発芽玄米　しめじ　人参　油揚げ　みりん　醤油　薬膳だし豆腐　葱　玉葱　人参　椎茸　生姜　みりん　黒砂糖　醤油　赤味噌　中華だし　片栗粉　胡麻油にら　もやし　中華だし　胡麻　塩　醤油　胡麻油胡瓜　人参　竹輪　わかめ　胡麻　黒砂糖　黒酢　醤油　胡麻油　 |
| メルルーサのイラスト（魚）10**魚** | 金 | わかめご飯ホキとじゃが芋の醤油炒め味噌汁ブロッコリー納豆 | 発芽玄米　わかめ　塩　みりん　醤油　薬膳だしホキの角切り　じゃが芋　人参　ピーマン　みりん　黒砂糖　塩　醤油　パセリ玉葱　大根　葱　味噌ブロッコリー　人参　玉葱　納豆　醤油 |
| 13 | 月 | ピースご飯五目煮味噌汁南瓜納豆 | 発芽玄米　グリンピース　みりん　醤油　薬膳だし椎茸　昆布　人参　大根　蒟蒻　大豆　みりん　黒砂糖　醤油豆腐　玉葱　人参　味噌　南瓜　人参　玉葱　納豆　醤油 |
| 14 | 火 | ひじきご飯野菜のトマト煮味噌汁水菜納豆 | 発芽玄米　人参　ひじき　油揚げ　みりん　醤油　薬膳だし茄子　アスパラ　玉葱　人参　ツナ　トマト　黒砂糖　塩　お好みソースケチャップ　野菜コンソメ　ウスターソース　トマト缶　片栗粉もやし　玉葱　葱　味噌水菜　白菜　人参　納豆　醤油 |
| 15**誕生日会** | 水 | 牛蒡ご飯ひじき煮味噌汁胡瓜納豆りんご | 発芽玄米　牛蒡　油揚げ　みりん　醤油　薬膳だしひじき　人参　油揚げ　蒟蒻　葱　玉葱　胡麻　みりん　黒砂糖　醤油　薄口醤油りんごのイラスト（フルーツ）玉葱　豆腐　葱　味噌胡瓜　大根　人参　納豆　醤油りんご |
| 16 | 木 | ちりめんご飯野菜ツナ煮味噌汁切干納豆 | 発芽玄米　ちりめん　胡麻　みりん　醤油　薬膳だしツナ　白菜　しめじ　玉葱　人参　糸蒟蒻　大根　グリンピース　みりん　黒砂糖　醤油　片栗粉もやし　人参　玉葱　味噌切干大根　人参　白葱　納豆　醤油　胡麻油 |





**どんどろけご飯は、鳥取県の郷土料理で**

**油で炒めた豆腐を混ぜた炊き込みご飯です。**

**豆腐を炒める時のバリバリという音が雷に似ていることから**

**この名前が付けられました。**栄養たっぷりで食べやすいです！！

**郷土料理について**