

5月 予定こんだて表

*この献立表は由布市の基本献立です。
*都合により献立や食材を変更する場合があります。ご了承ください。

月	火	水	木	金
 <p>今月の由布市の食材</p> <p>お米・にら・ しいたけ・葉ねぎ・ パプリカ・玉ねぎ (18日～)</p> 			 <p>牛乳は 毎日あります。</p>	<p>1</p> <p>ごはん けんちん汁 さわらの梅みそ焼き 子どもの日デザート</p>
			<p>主にからだをつくる</p> <p>主にエネルギーになる</p> <p>主にからだの調子を整える</p>	<p>ぎゅうにゅう どうふ あぶらあげ さわ ら みそ</p> <p>ごはん ごまあぶら さとう ゼリー(さとう)</p> <p>ごぼう こんにやく だいこん しいたけ にんじん ねぎ しょうが うめ</p>
<p>4</p> <p>みどりの日</p> 	<p>5</p> <p>こどもの日</p> 	<p>6</p> <p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>7</p> <p>ごはん ベーコンと茎わかめのスープ チャブチェ</p>	<p>8</p> <p>ごはん ポークカレー フルーツジュレ</p>
			<p>ぎゅうにゅう ベーコン どうふ きわか め ぶたにく</p> <p>ごはん ごまあぶら さとう はるさめ</p> <p>たまねぎ にんじん しめじ ねぎ しょ うが にんにく こまつな</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく</p> <p>ごはん じゃがいも ゼリー(さとう)</p> <p>にんにく たまねぎ にんじん りんご みかん もも パイン ナデゴ</p>
<p>11</p> <p>ごはん マーボー豆腐 花野菜サラダ</p>	<p>12</p> <p>ごはん とりごぼう汁 さばのおろしソース</p>	<p>13</p> <p>コッペパン ポークビーンズ パプリカサラダ</p>	<p>14</p> <p>ごはん もずくスープ トリニータ丼</p>	<p>15</p> <p>ごはん じゃがいものそぼろ煮 五目厚焼きたまご</p>
<p>ぎゅうにゅう ぶたにく みそ さとう</p> <p>ごはん ごまあぶら でんぶん さらだ あぶら さとう</p> <p>しょうが にんにく ほしいたけ たま ねぎ にんじん ねぎ ブロッコリー カ リフラワー コーン かぼす</p>	<p>ぎゅうにゅう とり ぶたにく さば</p> <p>ごはん さとう</p> <p>ごぼう こんにやく にんじん たまねぎ しめじ ねぎ だいこん</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ハム</p> <p>コッペパン さらだあぶら じゃがいも さとう 刺身 あぶら</p> <p>たまねぎ にんじん トマトジュース えだま め パプリカ きゅうり きゃべつ コー ン</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ もずく どりにく</p> <p>ごはん ごまあぶら でんぶん さとう</p> <p>たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ に ら</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく だいずミート た まごやき(たまご とりにく)</p> <p>ごはん じゃがいも さとう</p> <p>こんにやく にんじん たまねぎ えだま め たまごやき(たまねぎ にんじん し いたけ ねぎ)</p>
<p>18</p> <p>ごはん にらと卵のスープ 照り焼きハンバーグ</p>	<p>19</p> <p>ごはん 由布野菜のみそ汁 豚肉のしょうが焼き</p>	<p>20</p> <p>黒糖パン チキンのトマト煮 チーズサラダ</p>	<p>21</p> <p>ごはん じゃがもちスープ あおさ入りあじフライ 一食ソース</p>	<p>22</p> <p>ごはん 平麺汁ビーフン ガパオ</p>
<p>ぎゅうにゅう ベーコン どうふ たまご ハンバーグ(とりにく ぶたにく)</p> <p>ごはん ばんこ さとう でんぶん</p> <p>たまねぎ にんじん しいたけ にら ハ ンバーグ(たまねぎ トマトペーストに んにくペーストしょうがペースト)</p>	<p>ぎゅうにゅう あぶらあげ どうふ みそ ぶたにく</p> <p>ごはん じゃがいも さらだあぶら さど う</p> <p>にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ きゃべつ しょうが</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく チーズ</p> <p>こくとうパン じゃがいも ドレッシング</p> <p>にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト きゃべつ えだまめ コーン カ リフラワー ブロッコリー パプリカ</p>	<p>ぎゅうにゅう ベーコン あじフライ(あ じ あおさ)</p> <p>ごはん じゃがもち(じゃがいも こむぎ こ) あじフライ(ばんこ) あぶら</p> <p>たまねぎ にんじん しめじ コーン こ まつな</p>	<p>ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だい ずミート</p> <p>ごはん ビーフン さらだあぶら さとう</p> <p>もやし にんじん たまねぎ きくらげ コーン にら えだまめ パプリカ</p>
<p>25</p> <p>ごはん カレーうどん ごまじゃこサラダ</p>	<p>26</p> <p>ごはん 豚汁 いわしの梅煮</p>	<p>27</p> <p>ミルクアップルパン ポトフ オムレットマトソース</p>	<p>28</p> <p>ごはん 八宝菜 春巻き</p>	<p>29</p> <p>ごはん 厚揚げのみそ炒め もやしの生姜酢和え</p>
<p>ぎゅうにゅう とりにく ちりめん</p> <p>ごはん うどん さとう ごまあぶら ご ま</p> <p>ほしいたけ たまねぎ にんじん ね ぎ もやし きゅうり</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ みそ い わしのうめ(いわし)</p> <p>ごはん じゃがいも</p> <p>こんにやく ごぼう にんじん だいこん しめじ ねぎ</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく ウインナー オム レット(たまご)</p> <p>ミルクパン じゃがいも さとう</p> <p>りんご たまねぎ にんじん きゃべつ ブロッコリー トマト</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ うず らたまご はるまき(ぶたにく)</p> <p>ごはん でんぶん はるまき(こむぎこ こめこ) あぶら</p> <p>しょうが にんにく もやし たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ きゃべつ ちんげんさい はるまき(にんじん たま ねぎ きゃべつ)</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちく わ みそ</p> <p>ごはん ごまあぶら さとう ごま</p> <p>しょうが こんにやく にんじん たまね ぎ さやいんげん きゅうり もやし きゃべつ</p>

※25日(月) ごまじゃこサラダの「ちりめん」は「えび」「かに」を食べていることがあります。