



# 5月の献立

門真市教育委員会  
(中学校用)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			<p>1</p> <p>ほきの甘酢かけ </p> <p>あんたんど </p> <p>コッペパン </p> <p>チンゲン菜とたまごのスープ </p>	<p>2</p> <p>さわらの煮つけ </p> <p>ご飯 </p> <p>豚肉とキャベツの炒め煮 </p>
			<p>コッペパン</p> <p>チンゲンさいと</p> <p>たまごのスープ</p> <p>ほきのあまずかけ</p> <p>あんたんど</p>	<p>ごはん</p> <p>ぶたにくと</p> <p>キャベツのいために</p> <p>さわらのにつけ</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>小松菜とじゃこの炒め物 </p> <p>ごはん </p> <p>高野豆腐の煮物 </p>	<p>8</p> <p>じゃがいもとちりめんじゃこのかき揚げ </p> <p>コッペパン </p> <p>みそラーメン </p> <p>ココアビーンズ </p>	<p>9</p> <p>さばのごま煮 </p> <p>えんどうご飯 </p> <p>かき玉汁 </p>
			<p>ごはん</p> <p>こうやどうふのもの</p> <p>こまつなと</p> <p>じゃこのいためもの</p>	<p>えんどうごはん</p> <p>かきたまじる</p> <p>さばのごまに</p>
<p>12</p> <p>ゆで干し大根の煮物 </p> <p>ごはん </p> <p>じゃがいものそばろ煮 </p>	<p>13</p> <p>焼きビーフン </p> <p>きびぎとう揚げパン </p> <p>コンソメスープ </p>	<p>14</p> <p>大豆と豚肉の甘辛煮 </p> <p>味つけのり </p> <p>ごはん </p> <p>あげカレーうどん </p>	<p>15</p> <p>ツナとひじきのサラダ </p> <p>オリーブパン </p> <p>ポークビーンズ </p>	<p>16</p> <p>さけの甘酢かけ </p> <p>チキンライス </p> <p>レタススープ </p>
			<p>ごはん</p> <p>じゃがいものそばろに</p> <p>ゆでぼしだいこんのもの</p> <p>つくだにふりかけ</p>	<p>チキンライス</p> <p>レタススープ</p> <p>さけのあまずかけ</p>
<p>19</p> <p>小松菜とあげの煮びたし </p> <p>あかしそふりかけ </p> <p>ごはん </p> <p>豚じゃが </p>	<p>20</p> <p>じゃがいもとピーマンの炒め物 </p> <p>黒糖パン </p> <p>キャベツとフランクフルトのスープ煮 </p>	<p>21</p> <p>にらともやしのキムチ炒め </p> <p>ごはん </p> <p>麻婆豆腐 </p>	<p>22</p> <p>あじのフライ </p> <p>キャベツのソテー </p> <p>コッペパン </p> <p>チンゲン菜のスープ </p>	<p>23</p> <p>ブロッコリーの炒め物 </p> <p>玄米入りご飯 </p> <p>カレーライスの具 </p>
			<p>ごはん</p> <p>ぶたじゃが</p> <p>こまつなと</p> <p>あげのにびたし</p> <p>あかしそふりかけ</p>	<p>カレーライス</p> <p>(げんまいりごはん)</p> <p>ブロッコリーのいためもの</p>
<p>26</p> <p>ゆで干し大根の炒め煮 </p> <p>ツナひじきご飯 </p> <p>豆腐とわかめのみそ汁 </p>	<p>27</p> <p>かつおのバーベキューソース </p> <p>黒糖食パン </p> <p>ワンタンスープ </p>	<p>28</p> <p>大豆の磯煮 </p> <p>ごはん </p> <p>麩入り玉子丼の具 </p>	<p>29</p> <p>アスパラガスとキャベツの炒め物 </p> <p>コッペパン </p> <p>いんげん豆のポターージュ </p>	<p>30</p> <p>わかさぎの甘酢づけ </p> <p>あかしそふりかけ </p> <p>ごはん </p> <p>大根と豚肉の煮物 </p>
			<p>ツナひじきごはん</p> <p>とうふとわかめのみそする</p> <p>ゆでぼしだいこんのいために</p>	<p>ごはん</p> <p>だいこんとぶたにくのもの</p> <p>わかさぎのあまずづけ</p> <p>あかしそふりかけ</p>
			<p>ふいりたまごどんぶり (ごはん)</p> <p>だいずのいそに</p>	<p>コッペパン</p> <p>いんげんまめのポターージュ</p> <p>アスパラガスと</p> <p>キャベツのいためもの</p>