



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
				1 ゆで干し大根の煮物 あかしそふりかけ ご飯 じゃがいものそばろ煮
				ごはん じゃがいものそばろに ゆでぼしだいこんの にも あかしそふりかけ
4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 振りかえきゅうじつ 振替休日 	7 じゃがいもとピーマンの炒め物 黒糖パン 中華スープ	8 さばのみそ煮 えんどうご飯 かき玉汁
こくとうパン ちゅうかスープ じゃがいもと ピーマンのいためもの	えんどうごはん かきたまじる さばのみそに			
11 ゆで干し大根の炒め煮 ツナひじきご飯 豆腐とわかめのみそ汁	12 ほきの甘酢かけ あんだんご コッペパン チンゲン菜のスープ	13 大豆の磯煮 ご飯 麩入り玉子丼の具	14 アスパラガスとキャベツの炒め物 黒糖パン あさりのポタージュ	15 白菜の炒め煮 ごはん 関東煮
ツナひじきごはん とうふとわかめのみそしる ゆでぼしだいこんの いために	コッペパン チンゲンさいのスープ ほきのあまずかけ あんだんご	ふいりたまごどんぶり (ごはん) だいずのいそに	こくとうパン あさりのポタージュ アスパラガスと キャベツのいためもの	ごはん かんとうに はくさいのいために
18 さわらの煮つけ 味つけのり ご飯 豚肉とキャベツの炒め煮	19 豆腐の寄せ揚げ コッペパン ココアビーンズ しょうゆラーメン	20 ゆで干し大根のごま炒め あかしそふりかけ ご飯 高野豆腐の煮物	21 焼きビーフン きなこ揚げパン チンゲン菜とたまごのスープ	22 わかさぎの甘酢づけ カレーピラフ レタススープ
ごはん ぶたにくと キャベツのいために さわらのにつけ あじつけのり	コッペパン しょうゆラーメン とうふのよせあげ ココアビーンズ	ごはん こうやどうふのもの ゆでぼしだいこんの ごまいため あかしそふりかけ	きなこあげパン チンゲンさいと たまごのスープ やきビーフン	カレーピラフ レタススープ わかさぎのあまずづけ
25 いらともやしのキムチ炒め ご飯 麻婆豆腐	26 ミートビーンズ オリーブパン 米粉のクリームスープ	27 揚げぎょうざ チャーハン わかめスープ	28 さけのマリネ 黒糖パン 青菜とじゃこのスパゲティ	29 キャベツのさっと煮 玄米入りご飯 カレーライスの具
ごはん マーボーどうふ いらともやしの キムチいため	オリーブパン こめこの クリームスープ ミートビーンズ	チャーハン わかめスープ あげぎょうざ(3こ)	こくとうパン あおなとじゃこの スパゲティ さけのマリネ	カレーライス (げんまいいりごはん) キャベツのさっとに