

6月の予定献立

月		火		水		木		金	
3日		4日		5日		6日		7日	
パン	米粉パン、レーズンバターロール	ご飯	精白米	麦ご飯	精白米、押麦	パン	豆パン	あんかけ焼きそば	中華麺、イカ、エビ、竹の子、青梗菜、玉葱、人参、木耳、白菜、紅生姜
スープ	レッドキドニー、枝豆、鶏肉(味出し)、ズッキーニ	中華スープ	えのき、キャベツ、青梗菜	すまし汁	豆豉、白舞茸、三つ葉	ポトフ	ウインナー、ミートボール、玉葱、ベーコン、人参、キャベツ、メークイン、ブロッコリー	スープ※塩ベース	椎茸、ロースハム、ニラ
鮭のオープン焼き	鮭/付: レンコン、人参、椎茸、	豚肉のXO醤炒め	豚肉、ロメインレタス、玉葱、竹の子、赤・黄パプリカ、人参、エリンギ	鶏肉の葱味噌焼き	鶏肉、長葱	サラダ	ペビーリーフ、エンダイブ、リーフレタス、トレビス	黒豚大しゅうまい	黒豚大しゅうまい、サニーレタス
～レモンバターソース～	ベーコン、インゲン、パセリ	海藻サラダ	海藻ミックス、もやし、かに風味蒲鉾	炒め煮	／付: サラダ菜、しし唐、ミニトマト	低脂肪ブルーベリーヨーグルト	※オニオンドレッシング	デザート	マスケットゼリー
マカロニサラダ	シェルマカロニ、コーン、ツナ、		※中華ごまドレッシング		ひじき、突きこんにやく、人参、高野豆腐、絹さや		ヨーグルト、ブルーベリーソース		
～バジル風味～									
10日《災害時メニュー》		11日		12日		13日《お祭りメニュー》		14日	
カレーライス		ほうれん草とベーコンの	スパゲッティ、ほうれん草、ベーコン、	五穀ご飯	精白米、五穀米	ちらし寿司	精白米、干瓢、椎茸、錦糸卵、	パン	五穀米パン、黒糖ロール
生野菜のサラダ		クリームパスタ	玉葱、マッシュルーム、	スープ	えのき、竹の子、青梗菜		かに、エビ、とびっこ、花レンコン、	そら豆のポターージュ	そら豆ビュレ、枝豆ビュレ
※胡麻ドレッシング個パック		野菜スープ	黒コショウ	アジの中華風唐揚げ	アジ/付: 玉葱、エリンギ、木耳、	赤だしみそ汁	絹さや、刻みのり、桜でんぶ	チキンの黒コショウ焼き	鶏もも肉
ジュース(野菜生活)		茹で野菜のサラダ	人参、じゃが芋、鶏肉、セロリ、インゲン	ひじきの和え物	赤・黄パプリカ、サラダ菜、レモン	野菜の煮物	なめこ、三つ葉	～ジャーマンポテト添え～	／付: ジャーマンポテト
ストロベリー		菓物	ブロッコリー、カリフラワー、	果物	ひじき、キャベツ、水菜、ツナ、	～旬の山菜入り～	細竹、人参、こんにやく、		(じゃが芋、玉葱、人参、ベーコン、
カスタードタルト			ロマネスコカリフラワー、ミニトマト		人参、リーフレタス	ねりきり	もち巾着、ふき、インゲン	サラダ	コーン、ドライパセリ)
			※サウザンドドレッシング		キウイフルーツ		ねりきり		レタス、サニーレタス、トレビス
			パイン						※赤パッチョドレッシング
17日		18日		19日《お楽しみメニュー》		20日		21日	
麦ご飯	精白米、押麦	五穀米	精白米、五穀米			ご飯	精白米	麦ご飯	精白米、押麦
春雨スープ	春雨、竹の子、木耳	具沢山汁	大根、ささがきごぼう、じゃが芋、			鶏肉のカシューナッツ炒め	竹の子、椎茸、卵、押し豆腐、ニラ ※桌上ラード	みそ汁	えのき、庄内麩、玉葱、大根菜
回鍋肉	豚肉、キャベツ、玉葱、長葱、	いわしの蒲焼き	突きこんにやく、しめじ				鶏肉、カシューナッツ、ピーマン、	豚肉のごまネーズ焼き	豚肉、白ごま
エビとロメインレタスの	エビ、ロメインレタス、水菜	ゆかり和え	いわし、白ごま、白髪葱、かいわれ大根、			チョレギサラダ	赤・黄パプリカ、レンコン、人参、	切り昆布の炒め煮	／付: サラダ菜、ミニトマト
サラダ	※中華ごまドレッシング	デザート	大葉				玉葱、生姜		韓国産
			白菜、小松菜、人参、				レタス、水菜、海藻ミックス、		※チョレギドレッシング
			大根菜、ゆかり						
			抹茶ムース						
24日		25日		26日		27日		28日	
きつねうどん	うどん、油揚げ、豚肉、	パン	角食、いちごマーガリンジャム	五穀ご飯	精白米、五穀米	牛丼	精白米、押麦、牛肉、玉葱、	麦ご飯	精白米、押麦
	ほうれん草、板かまぼこ、	スープ	セロリ、椎茸、パセリ	中華スープ(醤油)	えのき、メンマ、ニラ		白滝、グリーンピース、紅生姜	スープ	白菜、玉葱、かいわれ大根
	長葱※一味唐辛子	鮭の白ワイン蒸し	鮭/玉葱、マッシュルーム	八宝菜(塩)	ホタテ、エビ、イカ、青梗菜、	みそ汁	じゃが芋、わかめ、大根菜	麻婆豆腐	木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、
さつま芋の甘煮	さつま芋、レーズン	～クリームソース～	／付: 人参グラッセ、		人参、キャベツ、玉葱、	お浸し	白菜、ほうれん草、人参、削り節	春雨の和え物	長葱
ピーナッツ和え	キャベツ、しめじ、人参、	サラダ	小松菜とコーンのソテー	春巻き	木耳、竹の子、うずらの卵	フルーツカクテル	※だし割り醤油		春雨、水菜、ロースハム、人参、
	焼きちくわ、ピーナッツ		ロメインレタス、リーフレタス、		春巻き、レタス		ナタデココ、パイン缶、みかん缶、	果物	木耳
			ラディッシュ				白桃缶		デラウェア
			※オニオンドレッシング						