

### 6月の予定献立

月		火		水		木		金		
						1日		2日		
						創立記念日		トマトとツナのスパゲッティ	スパゲッティ、ツナ、ベーコン、玉葱、しめじ、トマト缶、パセリ、粉チーズ	
								スープ	人参、コーン、枝豆、椎茸	
								グリーンサラダ	サラダほうれん草、リーフレタス、ロメインレタス ※ドレッシング	
								果物	パイナップル	
5日		6日		7日		8日		9日		
牛丼	精白米、牛肉、玉葱、白滝、紅生姜	ご飯	精白米	鮭フライサンド	背割りコッペパン、鮭フライ、リーフレタス、トマト	関西風肉うどん	うどん、牛肉、玉葱、ごぼう、ほうれん草、板かまぼこ、長葱	カレーライス	精白米、豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、福神漬け	
みそ汁	大根、人参、白菜、万能葱	春雨スープ	春雨、木耳、かいわれ大根			大学芋	さつまいも、黒ごま	飲み物	牛乳	
お浸し	小松菜、えのき、かつお節	黒酢豚	豚肉、さつまいも、竹の子、人参、玉葱、椎茸、赤・黄パプリカ	スープ	インゲン、人参、ソテッドオニオン、大豆	柚子和え	大根、大根菜、柚子	コールスローサラダ	キャベツ、胡瓜、ロースハム、コーン	
デザート	※醤油 カステラ	ナムル	青梗菜、もやし、ぜんまい、白ごま	南瓜サラダ	南瓜サラダ、胡瓜、サラダ菜、パプリカパウダー			果物	ゴールデンキウイ	
				フルーツ白玉	白玉、フルーツカクテル缶					
12日		13日		14日		15日 ≪お祭りメニュー≫		16日		
鶏塩ラーメン	中華麺、鶏ささみ、メンマ、赤・緑トサカ、万能葱	ご飯	精白米	麦ご飯	精白米、押麦	手巻き寿司	酢飯、胡瓜、ツナ、かにかま、サーモン、とびっこ、大葉	パン	ミルクボール、クロワッサン	
もやしと青梗菜のザーサイ和え	もやし、青梗菜、しめじ、人参、ザーサイ	豚汁(味噌)	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、大根、油揚げ、ごぼう、白滝、長葱	中華スープ	絹ごし豆腐、椎茸、ニラ		※焼きのり	スープ	ほうれん草、人参	
デザート	カスタード饅頭	ほっけの利休焼き	ほっけ、白ごま ／付:しし唐	豚肉と野菜の中華炒め	豚肉、玉葱、小松菜、もやし、赤・黄パプリカ、エリンギ	そうめん汁	そうめん、花麩、かいわれ大根	チキンの黒コショウ焼き	鶏もも肉／付:ジャーマンポテト (じゃが芋、玉葱、ベーコン、コーン、ドライパセリ)	
		ふきの炒め煮	ふき、オランダ揚げ、桜エビ	水菜としらすのサラダ	水菜、レタス、しらす干し ※ドレッシング	厚揚げと野菜の味噌煮	厚揚げ、板こんにやく、人参、里芋、細竹、インゲン	～ジャーマンポテト添え～		
						果物盛り合わせ	アメリカンチェリー、オレンジ	彩りサラダ	※ドレッシング	
19日		20日		21日		22日		23日		
ガパオライス	精白米、卵、鶏挽肉、玉葱、赤パプリカ、インゲン、大豆、茄子、鷹の爪、バジル	枝豆ご飯	精白米、もち米、枝豆	ベーコンと小松菜のクリームスパゲッティ	スパゲッティ、ベーコン、小松菜、マッシュルーム、しめじ	ご飯	精白米	いわしの蒲焼き丼	精白米、いわし、錦糸卵、のり、白ごま	
小松菜のスープ	コーン、セロリ、小松菜	はんぺんと三つ葉のお吸い物	はんぺん、三つ葉	スープ	ズッキーニ、人参、ソテッドオニオン、パセリ	麻婆豆腐	白菜、人参、木耳	赤だしみそ汁	豆麩、白舞茸、三つ葉	
デザート	エッグタルト	鶏肉の葱味噌焼き	鶏肉、長葱 ／付:サラダ菜	茹で野菜のサラダ	キャベツ、紫キャベツ、インゲン ※ドレッシング	大根サラダ	木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、長葱 ※ラー油	胡瓜とワカメの酢の物	胡瓜、ワカメ、かにかまぼこ、針生姜	
		切干大根の煮物	切干大根、ひじき、焼き竹輪、人参	果物	バナナ		※ドレッシング	デザート	きなこプリン	
26日		27日		28日		29日		30日		
ご飯	精白米	オンライン授業		もち麦ご飯	精白米、もち麦	パン	ソフトレーズン、黒コッペ	冷麺	冷麺、チャーシュー、白ごま、胡瓜、人参、もやし、キムチ	
中華風豆乳スープ	帆立小柱、白菜、豆苗、生姜			みそ汁	キャベツ、油揚げ、大根菜	トマト風味のロールキャベツ	キャベツ、油揚げ、大根菜	トマト風味のロールキャベツ	海鮮シューマイ	海鮮シューマイ ※酢醤油
ユーリンチー	鶏肉、長葱、レタス、水菜、赤パプリカ			赤魚のみりん漬け	赤魚 ／付:桜大根	マカロニサラダ～バジル&チーズ～	赤魚 ／付:桜大根	マカロニサラダ～バジル&チーズ～	デザート	ブラム
春雨サラダ	春雨、ロースハム、木耳、もやし、リーフレタス ※ドレッシング			切り昆布の炒め煮	切り昆布、ごぼう、人参、オランダ揚げ、インゲン	デザート	切り昆布、ごぼう、人参、オランダ揚げ、インゲン	ミニエクレア		