

6月の予定献立

月		火		水		木		金	
3日		4日		5日		6日		7日	
セルフサンドウィッチ ～エビアボカド～	食パン、鶏卵、ロースハム エビ、アボカド、リーフレタス	ゆかりご飯 豚汁	精白米、ゆかり 豚肉、大根、人参、じゃがいも、 木綿豆腐、突きこんにゃく、 ごぼう、長ねぎ	オムタコライス スープ	精白米、牛・豚挽肉、鶏卵、玉葱、 レタス、トマト、チーズ、パセリ ズッキーニ、人参、ウインナー	たぬきうどん	うどん、揚げ玉、鶏肉、玉葱、人参 ごぼう、しめじ、小松菜、棒麩、 わかめ、万能ねぎ	ご飯 春雨スープ 黒酢豚豚	精白米 春雨、木耳、かいわれ大根 豚肉、さつまい、竹の子、人参、 玉葱、椎茸、赤・黄パプリカ 青梗菜、もやし、ぜんまい、白ごま
スープ 南瓜サラダ	インゲン、人参、ソテッドオニオン、大豆 南瓜サラダ、胡瓜、チーズ、 アーモンド、ロメインレタス	マスの変わりソース 焼き お浸し	マスの変わりソース サラダ菜、レモン、ミニトマト 白菜、小松菜、削り節 ※だし醤油	茹で野菜のサラダ	キャベツ、ブロッコリー、コーン 赤パプリカ ※ドレッシング	揚げいもち	じゃが芋、青のり	ナムル	
デザート	ミニカップデザート(プリン)			果物	オレンジ	果物	パイン		
10日		11日		12日《お祭りメニュー》		13日		14日	
ご飯 中華風豆乳スープ ユニーリンチー	精白米 帆立小柱、白菜、ニラ 鶏肉、長葱、レタス、水菜、 赤パプリカ	パン トマト風味の ロールキャベツ	ソフトレーズン、黒コッペ ロールキャベツ、ブロッコリー、 人参、玉葱、トマト缶	手巻き寿司	酢飯、胡瓜、ツナ、かに蒲鉾、 サーモン、とびっこ、卵、大葉 ※焼きのり	ベーコンとほうれん草の クリームスパゲッティ スープ	スパゲッティ、ベーコン、ほうれん草 マッシュルーム、しめじ じゃがいも、人参、ソテッドオニオン、パセリ	牛丼	精白米、牛肉、玉葱、白滝、 紅生姜 木綿豆腐、わかめ、万能葱
チョレギサラダ	サニーレタス、リーフレタス 海藻ミックス、韓国のり ※ドレッシング	マカロニサラダ ～バジル&チーズ～ デザート	マカロニ、コーン、バジル、 ツナ、チーズ、サラダ菜 ブチシュークリーム	そうめん汁 厚揚げと野菜の味噌煮	そうめん、生麩(花)、かいわれ大根 厚揚げ、板こんにゃく、人参、 里芋、細竹、インゲン アメリカンチェリー	ブロッコリーと カリフラワーのサラダ	ブロッコリー、カリフラワー、 サニーレタス ※ドレッシング	ビーナッツ和え	小松菜、人参、竹輪 ビーナッツ、ごま 和のパンケーキ(きな粉&黒蜜)
デザート				果物		デザート	焼きプリンタルト	デザート	
17日		18日		19日		20日		21日	
ご飯 すまし汁 鱈の味噌煮	精白米 鶏卵、椎茸(乾)、三つ葉 鱈 ／付:しし唐	南区鮮やかカレー	精白米、豚肉、厚揚げ、じゃがいも、 玉葱、人参、小松菜、りんご	担々麺	中華麺、豚挽肉、青梗菜、 長葱、白ごま、ザーサイ、 カンチューナッツ、糸唐辛子	パン マカロニスープ	ミルクボール、黒糖ロール マカロニ、ほうれん草、人参	ご飯 みそ汁 エビフライ	精白米 大根、磯のり、長葱 エビフライ、 ／付:キャベツ、ミニトマト ※タルタルソースp ※中濃ソース
金平ごぼう	ごぼう、人参、突きこんにゃく、 枝豆、白ごま	飲み物 コールスローサラダ	牛乳 キャベツ、紫キャベツ、水菜	サラダ	胡瓜、錦糸卵、もやし、 赤パプリカ、リーフレタス	チキンの黒コショウ焼き ～ジャーマンポテト添え～	鶏もも肉／付:ジャーマンポテト コーン、パセリ)	辛子和え	ほうれん草、白しめじ、人参
		果物	ローズハム、コーン ゴールドデンキウイ	ナタデココ入り フルーツヨーグルト	ナタデココ、フルーツカクテル缶 (ブドウ、パイン、黄、栗桃缶、サクラソ)	彩りサラダ	ペペリーフ、ロメインレタス、紅芯大根 ※ドレッシング		
24日		25日		26日		27日		28日	
ご飯 つみれ汁 牛肉の生姜煮	精白米 つみれ、椎茸、三つ葉 牛肉、ささがきごぼう、玉葱、 白菜、人参、白滝、竹の子、生姜	冷麺	冷麺、チャーシュー、白ごま、 胡瓜、人参、もやし、キムチ ※酢	パン クリームシチュー	ソフトフランス 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、 マッシュルーム、ブロッコリー	いわしの蒲焼き丼	精白米、いわし、錦糸卵、のり、 白ごま	ご飯 スープ	精白米 白菜、竹の子、豆苗
切干大根の和風マヨ和え	切干大根、ひじき、ツナ、枝豆 竹輪、削り節、すりごま、サラダ菜、 ミニトマト	揚げ焼売	海鮮焼売、リーフレタス ※醤油	サラダ	レタス、サニーレタス、フライドオニオン ※ドレッシング	赤だしみそ汁 胡瓜とワカメの 酢の物	茄子、油揚げ、万能葱 胡瓜、ワカメ、かにかまぼこ、 針生姜	鶏肉のカシューナッツ炒め	鶏肉、カンチューナッツ、ピーマン、 赤・黄パプリカ、エリンギ、玉葱 青梗菜、しめじ、人参、ザーサイ ※ドレッシング
		デザート	カスタードまん	飲み物	野菜ジュース	果物	バナナ	青梗菜の ザーサイ和え	