

6月の予定献立

月		火		水		木		金	
4日		5日《災害時メニュー》		6日		7日		8日	
五穀ご飯 みそ汁 フライの盛り合わせ	精白米、五穀米 白舞茸、椎茸、大根、長葱 野菜コロケ、メンチカツ、エビフライ、 ／付：キャベツ、水菜、パセリ、ミニトマト、 レモン※中濃ソース、タルタルソース			ご飯 ワンタンスープ 八宝菜	精白米 ワンタン、メンマ、万能葱 エビ、イカ、豚肉、青梗菜、玉葱、しめじ、 人参、白菜、木耳、うずらの卵 キャベツ、もやし、赤パプリカ、 ザーサイ	関西風きつねうどん うどん、油揚げ、鶏肉、 板かまぼこ、ささがきごぼう、 ほうれん草、椎茸、長葱 ※一味唐辛子	さつま芋の甘煮 さつま芋、レーズン、レモン	パン マカロニスープ ローストポーク ～ハニーマスタードソース～ サラダ	ココアパン、セサミロール ABCマカロニ、玉葱、ベーコン、小松菜 豚肉 ／付：ポイルポテト、人参とインゲンのソテー エンダイブ、レタス、胡瓜、 黄パプリカ ※イタリアンドレッシング ヨーグルト～ブルーベリーソース～
かぶの柚子和え	かぶ、大根菜、柚子			キャベツともやしの ザーサイ和え	ザーサイ	さつま芋の甘煮 トマトと大葉の さっぱり和え	さつま芋、レーズン、レモン トマト、ちりめんじゃこ、胡瓜、 玉葱、大葉、梅肉	パン マカロニスープ ローストポーク ～ハニーマスタードソース～ サラダ	ココアパン、セサミロール ABCマカロニ、玉葱、ベーコン、小松菜 豚肉 ／付：ポイルポテト、人参とインゲンのソテー エンダイブ、レタス、胡瓜、 黄パプリカ ※イタリアンドレッシング ヨーグルト～ブルーベリーソース～
11日		12日		13日		14日		15日《お祭りメニュー》	
ご飯 中華スープ 白身魚の唐揚げ チリソースがけ ひじきの中華和え	精白米 青梗菜、竹の子、ロースハム ソイ、エリンギ、椎茸、ピーマン、 黄パプリカ、長葱、サラダ菜 ひじき、キャベツ、水菜、コーン、 人参、リーフレタス	麦ご飯 みそ汁 鶏肉のごまネーズ焼き 切り昆布の炒め煮	精白米、押麦 しめじ、木綿豆腐、玉葱、大根菜 鶏肉、白ごま ／付：サラダ菜、白髪葱、ミニトマト 切り昆布、ささがきごぼう、オランダ揚げ、 桜エビ、インゲン	パン 豚肉のトマト煮込み ブロccoliと カリフラワーのサラダ 飲み物	玄米パン、スティックロール 豚肉、玉葱、メークイン、人参、 キャベツ、茄子、椎茸、マッシュルーム、 スナップエンドウ ブロccoli、カリフラワー、 エンダイブ、サニーレタス ※白フレンチドレッシング 飲むヨーグルト(ブルー)	ピビンバ コムタン風スープ チョレギサラダ 果物	精白米、牛肉、ほうれん草、人参、 もやし、ぜんまい、白ごま、キムチ 大根、えのき、しめじ、 万能葱 レタス、水菜、海藻ミックス、 韓国のり ※チョレギドレッシング キウイフルーツ	ちらし寿司 赤だしみそ汁 野菜の煮物 ～旬の山菜入り～ 果物盛り合わせ	精白米、干瓢、椎茸、錦糸卵、 かに、エビ、とびっこ、花レンコン、 絹さや、刻みのり、桜でんぶ なめこ、三つ葉 細竹、人参、こんにゃく、 もち巾着、ふき、インゲン さくらんぼ、オレンジ
きのこことベーコンの スープパゲッティ 根菜サラダ 飲み物 デザート	スパゲッティ、しめじ、ホワイトしめじ、 白舞茸、ベーコン、玉葱、万能葱 ささがきごぼう、ひじき、レンコン、 枝豆、サニーレタス、ミニトマト 牛乳 マスカットゼリー	五穀ご飯 ワカメスープ 豚肉のXO醤炒め ナムル 果物	精白米、五穀米 ワカメ、なると、長葱 豚肉、玉葱、青梗菜、エリンギ、竹の子、 椎茸、赤パプリカ、にんにくの芽 もやし、人参、木耳、白ごま ピンクグレープフルーツ	ご飯 みそ汁 ゴーヤチャンプル 生姜酢和え	精白米 大根、油揚げ、万能葱 木綿豆腐、ゴーヤ、卵、豆もやし、 ベーコン、しめじ、キャベツ 白菜、ほうれん草、人参、 えのき、生姜	パン スープ 鮭の白ワイン蒸し ～クリームソース～ サラダ	黒糖パン、ミルクロール セロリ、椎茸、パセリ 鮭/玉葱、マッシュルーム ／付：人参グラッセ、 小松菜とコーンのソテー ロメインレタス、リーフレタス、 ラディッシュ ※オニオンドレッシング	麦ご飯 スープ 蒸し鶏の薬膳だれかけ 大根サラダ デザート	精白米、押麦 キャベツ、玉葱、ニラ 鶏肉、長葱、三つ葉、レタス、 赤・黄パプリカ 大根、水菜、エンダイブ、ミニトマト ※中華ドレッシング ごま団子
18日		19日		20日		21日		22日	
豚すき丼 みそ汁 辛子和え 果物	精白米、豚肉、しめじ、白滝、 玉葱、キャベツ、万能葱、紅生姜 じゃが芋、えのき、大根菜 小松菜、焼きちくわ、油揚げ、 人参 プラム	パン そら豆のポターージュ チキンの黒コショウ焼き ジャーマンポテト添え サラダ	ソフトフランス、南瓜パン そら豆ペースト、枝豆ペースト 鶏肉/付：レモン、ブロccoli、 ジャーマンポテト エンダイブ、サニーレタス、胡瓜、ミニトマト ※柑橘ドレッシング	担々麺 揚げしゅうまい フルーツカクテル	中華麺、豚挽肉、青梗菜、長葱、 白ごま、ザーサイ、カシューナッツ 海鮮大しゅうまい、水菜、レタス パイン缶、みかん缶、白桃缶、 りんご、クコの実	五穀ご飯 眞沢山汁 ホッケの塩こうじ焼き 野菜の含め煮	精白米、五穀米 木綿豆腐、大根、ささがきごぼう、 しめじ、白菜、万能葱 ホッケの塩こうじ焼き ／付：大葉、がり(赤) 椎茸、人参、こんにゃく、 竹の子、インゲン	シーフードピラフ ミネストローネ ベビーリーフのサラダ デザート	精白米、エビ、ホタテ、玉葱、 コーン、ピーマン、赤・黄パプリカ、 マッシュルーム、グリーンピース 大豆、ズッキーニ、キャベツ、 パセリ、トマト ベビーリーフ、ロメインレタス、トレビス ※緑パッチョドレッシング いちごミルクプリン
25日		26日		27日		28日		29日	