

# 6月

6月3日はクッキングです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	火	ご飯 鮭の和風焼 すき焼き風煮 清汁	ご飯 鮭 えのき 玉葱 葱 バター 濃口しょうゆ 酒 みりん 牛肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく 葱 濃口しょうゆ 砂糖 薄揚げ 大根 なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳	牛乳 ホットケーキミックス 砂糖 ヨーグルト
				フワフワパン	
2	水	ご飯 鶏つくねの香り焼 牛肉とひじきの炒め物 味噌汁	ご飯 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 あおのり 濃口しょうゆ 砂糖 牛挽肉 大根 ひじき 人参 ごぼう いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 だしの素 豆腐 人参 チンゲン菜 玉葱 もやし わかめ だしの素 味噌	牛乳	牛乳 お菓子
				お菓子	
3	木	カレーうどん 大豆サラダ フルーツ	うどん 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 薄揚げ 葱 カレールウ だしの素 大豆 ひじき 人参 コーン 胡瓜 玉葱 マヨネーズ バナナ	牛乳	牛乳 卵 さつま芋 砂糖 バター 牛乳 薄力粉
				スイートポテト	
4	金	ご飯 鶏の甘酢あんかけ 卵焼き わかめスープ	ご飯 鶏肉 玉葱 人参 濃口しょうゆ 砂糖 酢 ケチャップ ツナ チーズ コーン 玉葱 しめじ ピーマン 卵 コンソメ 絹厚揚げ 大根 じゃが芋 わかめ もやし なす ウェイパー	クロレラ	クロレラ お菓子
				お菓子	
5	土	味噌ラーメン 金平ごぼう フルーツ	焼豚 中華麺 人参 玉葱 チンゲン菜 わかめ ウェイパー 味噌 牛肉 ごぼう エリンギ 人参 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん オレンジ	お菓子	お菓子
7	月	ご飯 ブリのゴマダレ焼 ひじきのかわり煮 豚汁	ご飯 ブリ 葱 濃口しょうゆ みりん ゴマ ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん コーン コンソメ 砂糖 豚肉 人参 大根 さつま芋 しめじ だしの素 味噌	牛乳	牛乳 アキモトパン缶(イチゴ)
				ジャムパン	
8	火	ご飯 鶏のクリーム煮 ほうれん草のソテー コンソメスープ	ご飯 鶏肉 玉葱 人参 いんげん ホワイトソース コンソメ ウインナー ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ 大根 わかめ しめじ 南瓜 豆腐 ごぼう コンソメ	牛乳	牛乳 さつま芋のパイ
				さつま芋のパイ	

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
9	水	ご飯 鯖のみそ焼き 牛肉と野菜の卵とじ 清汁	ご飯 鯖 白味噌 みりん 牛肉 人参 玉葱 筍 チンゲン菜 卵 だしの素 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 絹厚揚げ 玉葱 なす じゃが芋 もやし わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 玉葱 ピーマン ウィンナー 粉チーズ 塩コショウ バター
				ケーキサレ	
10	木	鮭わかめご飯 鶏の甘辛漬け ごぼうサラダ 大根スープ フルーツゼリー	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 酢 濃口しょうゆ 砂糖 サラダ油 ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ 大根 人参 わかめ 玉葱 チンゲン菜 もやし 南瓜 ウェイパー みかん缶 ゼリーの素	ジョア	ジョア メロンパン
				ミニメロンパン	
11	金	パン ツナナゲット 白菜の洋風煮 野菜スープ	クリームエスカルゴ 鶏挽肉 豆腐 ツナ 卵 パン粉 コンソメ ケチャップ 豚肉 白菜 人参 コーン いんげん マッシュルーム コンソメ 薄揚げ 人参 玉葱 大根 じゃが芋 わかめ ウェイパー 薄口しょうゆ	牛乳	牛乳 お菓子
				お菓子	
12	土	中華丼 わかめスープ フルーツ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 葱 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 豆腐 じゃが芋 大根 わかめ もやし チンゲン菜 ウェイパー りんご	お菓子	お菓子
14	月	ご飯 カレイのパン粉焼き キャベツのソテー コンソメスープ	ご飯 カレイ 玉葱 卵 パン粉 薄力粉 パセリ マヨネーズ ツナ キャベツ 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ 大根 わかめ しめじ 人参 チンゲン菜 じゃが芋 コンソメ	牛乳	牛乳 ホットケーキミックス 卵 牛乳 クリームチーズ 砂糖
				チーズ蒸しケーキ	
15	火	ご飯 ハンバーグ ほうれん草のクリーム煮 コーンチャウダー	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 ホタテ ほうれん草 玉葱 しめじ 人参 コーン コンソメ ホワイトソース 大根 人参 南瓜 なす マッシュルーム 薄揚げ クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳	牛乳 お菓子
				お菓子	
16	水	チャーハン 春雨サラダ 中華スープ フルーツ	焼豚 ご飯 玉葱 コーン 人参 マッシュルーム 葱 コンソメ 濃口しょうゆ ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 ゴマ ごま油 わかめ チンゲン菜 もやし 大根 じゃが芋 豆腐 ウェイパー オレンジ	牛乳	牛乳 お菓子
				お菓子	

# 6月

6月3日はクッキングです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
17	木	ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ 清汁	ご飯 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 酒 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 絹厚揚げ 大根 人参 じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 スコーン	牛乳 薄力粉 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳 バター 卵
18	金	パン 鮭の味噌ミルク煮 きのこのスパゲティ 大根スープ	イエローロール 鮭 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 ウインナー 玉葱 葱 マッシュルーム しめじ 人参 スパゲッティ コンソメ 濃口しょうゆ 大根 南瓜 わかめ 玉葱 チンゲン菜 薄揚げ ウェイパー	クロレラ 焼おにぎり	クロレラ かつお節 濃口しょうゆ みりん ご飯 葱 ゴマ
19	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	牛肉 ご飯 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 豆腐 人参 なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん オレンジ	お菓子	お菓子
21	月	ご飯 ブリのピカタ もやしサラダ コンソメスープ	ご飯 ブリ 卵 薄力粉 食塩 塩コショウ ケチャップ ウスターソース ごま油 砂糖 ハム もやし 人参 玉葱 コーン キャベツ 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 大根 わかめ しめじ 人参 薄揚げ 南瓜 コンソメ	牛乳 パウンドケーキ	牛乳 ホットケーキミックス 卵 サラダ油 バター 砂糖
22	火	ご飯 肉団子 ひじき入り卵焼き 清汁	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 サラダ油 卵 ひじき ツナ 玉葱 葱 濃口しょうゆ みりん 豆腐 ごぼう なす じゃが芋 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
23	水	ちゃんぽん麺 ツナサラダ フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ ウェイパー 濃口しょうゆ ツナ ハム 玉葱 コーン 胡瓜 人参 もやし マヨネーズ バナナ	牛乳 スノーボール	牛乳 薄力粉 砂糖 サラダ油
24	木	ご飯 鯖のおろしダレ 高野豆腐の煮物 味噌汁	ご飯 鯖 大根 葱 濃口しょうゆ みりん 鶏挽肉 高野豆腐 人参 玉葱 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん 薄揚げ 人参 さつま芋 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳 プリン	牛乳 プリンの素 牛乳

# 6月

6月3日はクッキングです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
25	金	パン 鶏のトマト煮	ワッサンデニッシュ 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム いんげん コーン 大豆 デミグラスソース	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		じゃが芋の味噌バター炒め コーンチャウダー	じゃが芋 人参 玉葱 ツナ 葱 味噌 バター コンソメ ウインナー 大根 人参 南瓜 なす クリームコーン 牛乳 コンソメ		
26	土	味噌煮込みうどん	うどん 豚肉 人参 大根 白菜 薄揚げ 葱 味噌 みりん だしの素	お菓子	お菓子
		大根サラダ フルーツ	ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ バナナ		
28	月	ご飯 鯛の香味焼 牛そぼろ煮	ご飯 鯛 葱 酢 砂糖 濃口しょうゆ 牛挽肉 玉葱 糸こんにゃく 人参 いんげん だしの素 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 マフィン	牛乳 ホットケーキミックス 卵 バター 牛乳 砂糖
		味噌汁	豆腐 人参 さつまいも 大根 チンゲン菜 わかめ だしの素 味噌		
29	火	ご飯 ひじき入りつくね 根菜炒め	ご飯 ひじき 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン いんげん 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	薄揚げ 大根 人参 じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
30	水	カレーピラフ	ご飯 焼豚 しめじ 人参 玉葱 エリンギ ピーマン コンソメ 濃口しょうゆ バター カレー粉	牛乳 ミニあんパン	牛乳 ホットケーキミックス サラダ油 つぶあん
		チンゲン菜の炒め物 中華スープ フルーツ	ツナ チンゲン菜 人参 コーン 玉葱 絹厚揚げ ウェイパー 濃口しょうゆ わかめ 人参 もやし 玉葱 じゃが芋 豆腐 ウェイパー オレンジ		