

6月

9日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

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	水	ご飯 鶏のクリーム煮 ジャーマンポテト 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 ツナ ジャガ芋 しめじ コーン 玉葱 赤ピーマン コンソメ バター 大根 人参 豆腐 わかめ ほうれんそう マッシュルーム コンソメ	牛乳 チヂミ	牛乳 コーン ツナ 玉葱 砂糖 濃口しょうゆ 片栗粉 薄力粉
2	木	ご飯 鮭の中華ソース プルコギ かき玉スープ	ご飯 鮭 玉葱 人参 葱 ウェイパー 牛肉 人参 もやし 玉葱 にら コーン 砂糖 みりん 酒 濃口しょうゆ 炒め油 色板 玉葱 人参 わかめ チンゲン菜 ジャガ芋 卵 ウェイパー	牛乳 ポルボロン	牛乳 薄力粉 バター 粉糖 アーモンドプードル
3	金	パン ツナナゲット ほうれん草のゴマ和え 清汁	ワッサンデニッシュ 鶏挽肉 豆腐 ツナ 卵 パン粉 コンソメ ケチャップ ほうれんそう 薄揚げ 人参 ひじき コーン しらす干し ゴマ 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 人参 豆腐 大根 わかめ 南瓜 なす だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
4	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 椎茸 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 炒め油 わかめ もやし 絹厚揚げ 人参 チンゲン菜 ウェイパー りんご	お菓子	お菓子
6	月	ご飯 鯖の竜田揚げ ビーフン 中華スープ	ご飯 鯖 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油 ホタテ ビーフン 人参 しめじ チンゲン菜 コーン 濃口しょうゆ みりん 炒め油 豚挽肉 大根 人参 豆腐 えのき ジャガ芋 ウェイパー 炒め油	牛乳 ハムとチーズの蒸しパン	牛乳 ハム チーズ ホットケーキミックス ベーキングパウダー 牛乳 砂糖
7	火	パン 鶏のトマト煮 もやしサラダ コーンチャウダー	イエローロール 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 ケチャップ 炒め油 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 炒め油 ウインナー 人参 玉葱 なす 南瓜 マッシュルーム	牛乳 わんぱく焼き	牛乳 ご飯 しらす干し 味噌 あおのり かつお節 ゴマ サラダ油
8	水	ご飯 カレイのパン粉焼き ひじきのかわり煮 味噌汁	ご飯 カレイ 玉葱 卵 パン粉 薄力粉 マヨネーズ パセリ ひじき ツナ 人参 玉葱 コーン いんげん コンソメ 砂糖 炒め油 しめじ 人参 大根 わかめ 薄揚げ さつま芋 だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

9日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

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
9	木	チャーハン	ご飯 焼豚 玉葱 コーン 人参 マッシュルーム 葱 コンソメ		
		中華炒め	濃口しょうゆ 炒め油		
		わかめスープ	ホタテ 人参 もやし 筍 えのき ピーマン ウェイパー	牛乳	牛乳
		フルーツ	濃口しょうゆ 砂糖 炒め油	スイートポテト	卵 さつまいも 砂糖 バター 牛乳
10	金	ご飯	ご飯		
		焼きコロッケ	豚挽肉 さつまいも じゃが芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖		
		ツナサラダ	炒め油	クロレラ	クロレラ
		清汁	ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 マヨネーズ 炒め油	お菓子	お菓子
		大根	大根 人参 竹輪 薄揚げ じゃが芋 わかめ だしの素 薄口しょうゆ		
		みりん	みりん		
11	土	ハヤシライス	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ		
		大根スープ	炒め油		
		フルーツ	わかめ 大根 もやし 南瓜 豆腐 ウェイパー	お菓子	お菓子
			りんご		
13	月	ご飯	ご飯		
		鮭の味噌マヨネーズ焼	鮭 白葱 味噌 マヨネーズ		
		大豆煮	豚挽肉 大豆 人参 玉葱 コーン いんげん 濃口しょうゆ みりん	牛乳	牛乳
		味噌汁	炒め油	お菓子	お菓子
		味噌汁	絹厚揚げ 人参 ごぼう さつまいも 白菜 わかめ だしの素 味噌		
14	火	ご飯	ご飯		
		ハンバーグ	合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳		
		ひじきのドレッシング和え	ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油	牛乳	牛乳
		コンソメスープ	玉葱 人参 豆腐 わかめ 南瓜 チンゲン菜 コンソメ	バタークッキー	バター 砂糖 卵 薄力粉
15	水	ご飯	ご飯		
		鱈の葱ゴマソース	鱈 濃口しょうゆ 砂糖 白葱 ゴマ		
		ほうれん草の炒り煮	ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれん草 卵 濃口しょうゆ	牛乳	牛乳
		かき玉スープ	砂糖 炒め油	お菓子	お菓子
		かき玉スープ	色板 大根 人参 薄揚げ じゃが芋 卵 ウェイパー		
16	木	ご飯	ご飯		
		豚の生姜焼き	豚肉 玉葱 人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒 炒め油		
		ひじき入り卵焼き	卵 ひじき ツナ 玉葱 葱 濃口しょうゆ みりん 炒め油		
		清汁	玉葱 人参 なす 絹厚揚げ 南瓜 わかめ だしの素 薄口しょうゆ	牛乳	牛乳
			みりん	ミニあんパン	ホットケーキミックス サラダ油 こしあん

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

9日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

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	金	鮭わかめご飯 唐揚げ 和風スパゲティ	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 ツナ 玉葱 葱 しめじ 人参 コーン スパゲティ 濃口しょうゆ 炒め油	ジョア シフォンケーキ	ジョア 卵 サラダ油 グラニュー糖 薄力粉 ベーキングパウダー レモン汁 牛乳
		コンソメスープ フルーツ	大根 しめじ 豆腐 チンゲン菜 じゃが芋 わかめ コンソメ オレンジ みかん缶		
18	土	味噌煮込みうどん 牛肉とひじきの炒め物 フルーツ	うどん 豚肉 人参 大根 白菜 薄揚げ 葱 味噌 みりん だしの素 炒め油 牛挽肉 ひじき 人参 ごぼう いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 だしの素 炒め油 バナナ	お菓子	お菓子
20	月	ご飯 タンドリーチキン 和風サラダ 清汁	ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ツナ 人参 キャベツ 胡瓜 コーン 玉葱 めんつゆ 炒め油 豆腐 人参 さつま芋 わかめ ごぼう 大根 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 米粉マフィン	牛乳 米粉 牛乳 卵 砂糖 ベーキングパウダー
21	火	ちゃんぽん麺 なすの肉味噌炒め フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ 筍 ウェイパー 濃口しょうゆ 炒め油 鶏挽肉 なす しめじ コーン 大豆 葱 味噌 濃口しょうゆ 炒め油 オレンジ みかん缶	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
22	水	パン 鮭の味噌ミルク煮 人参のベーコン炒め コンソメスープ	クリームエスカルゴ 鮭 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 人参 玉葱 えのき ベーコン マッシュルーム キャベツ 葱 コンソメ 炒め油 玉葱 人参 薄揚げ じゃが芋 しめじ わかめ コンソメ	牛乳 焼おにぎり	牛乳 かつお節 濃口しょうゆ みりん ご飯 葱 ゴマ
23	木	ご飯 肉団子 ささみサラダ 中華スープ	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 人参 大根 豆腐 わかめ えのき チンゲン菜 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
24	金	ご飯 タラのチーズ焼き マカロニサラダ コーンチャウダー	ご飯 タラ 玉葱 粉チーズ 米粉 ケチャップ コンソメ マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 ウインナー 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ クリームコーン 牛乳 コンソメ	クロレラ サツマイモのタルト	クロレラ 薄力粉 バター 砂糖 牛乳 食塩 さつま芋

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

9日はクッキングです

夕間食はおにぎりです。

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	土	五目そばろ丼	ご飯 鶏挽肉 人参 筍 椎茸 卵 葱 濃口しょうゆ みりん 炒め油	お菓子	お菓子
		清汁 フルーツ	豆腐 人参 大根 わかめ じゃが芋 だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご		
27	月	ご飯 カレイのきのこあんかけ 高野豆腐の卵とじ	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 鶏挽肉 高野豆腐 赤ピーマン 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 炒め油	牛乳 スノーボール	牛乳 薄力粉 砂糖 サラダ油
		豚汁	豚肉 玉葱 人参 ごぼう さつまいも 薄揚げ だしの素 味噌 炒め油		
28	火	ご飯 チキンピカタ	ご飯 鶏肉 卵 薄力粉 塩コショウ ケチャップ ウスターソース ごま油 砂糖	牛乳 プリン	牛乳 プリンの素 牛乳
		ごぼうサラダ コンソメスープ	ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 大根 人参 わかめ 豆腐 南瓜 キャベツ コンソメ		
29	水	ご飯 鯖のおろしダレ 春雨サラダ	ご飯 鯖 大根 葱 濃口しょうゆ みりん ハム 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 炒め油	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	玉葱 人参 絹厚揚げ しめじ じゃが芋 なす だしの素 薄口しょうゆ みりん		
30	木	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 炒め油	牛乳 ショートブレッド	牛乳 薄力粉 バター 砂糖 牛乳
		チンゲン菜の炒め物 わかめスープ フルーツ	ツナ チンゲン菜 人参 コーン 玉葱 薄揚げ ウェイパー 濃口しょうゆ 炒め油 豚挽肉 大根 人参 豆腐 南瓜 わかめ ウェイパー 炒め油 バナナ		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品