

6月

## 8日はきく組、うめ組のクッキングです

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	木	ご飯 鶏のケチャップ煮	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン グリーンピース しめじ なす デミグラスソース	牛乳 お好み焼き	牛乳 ツナ キャベツ お好み焼き粉 卵
		大根のうま煮	豚肉 大根 人参 椎茸 玉葱 いんげん 濃口しょうゆ みりん 砂糖		
		コンソメスープ	大根 わかめ ほうれんそう 南瓜 もやし 豆腐 コンソメ		
2	金	ご飯 焼きコロッケ	ご飯 豚挽肉 さつまいも ジャガ芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖	お菓子 クロレラ	お菓子 クロレラ
		人参の白和え	人参 豆腐 れんこん コーン いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 みりん		
		わかめスープ	牛肉 南瓜 大根 ごぼう わかめ なす ウェイパー		
3	土	きつねうどん	うどん すし揚げ 人参 大根 白菜 わかめ だしの素 みりん 濃口しょうゆ	お菓子	お菓子
		牛肉とごぼうの炒め物	牛挽肉 ごぼう 人参 玉葱 もやし 濃口しょうゆ 砂糖 だしの素		
		フルーツ	バナナ		
5	月	ご飯 カレイの照り焼き	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん	牛乳 ウィンナーロール	牛乳 パイシート ウインナー
		ビーフン	ホタテ ビーフン 人参 しめじ わかめ エリンギ コーン チンゲン菜 濃口しょうゆ みりん		
		清汁	豆腐 ジャガ芋 ほうれんそう 大根 人参 薄揚げ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
6	火	パン グラタン	クロワッサン 鶏挽肉 マカロニ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ ホワイトソース	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ほうれん草の炒り煮	ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖		
		コンソメスープ	南瓜 もやし なす わかめ キャベツ ごぼう コンソメ		
7	水	ご飯 鯖のみそ焼き	ご飯 鯖 白味噌 みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		切り干し大根サラダ	切り干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ		
		清汁	豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
8	木	ご飯 チキンカツ	ご飯 鶏肉 薄力粉 卵 パン粉 揚げ油 ケチャップ 砂糖 ウスターソース	牛乳 スイートポテト	牛乳 卵 さつまいも 砂糖 バター 牛乳
		コールスローサラダ	ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ		
		かき玉汁	人参 大根 わかめ チンゲン菜 豆腐 もやし 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

## 8日はきく組、うめ組のクッキングです

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	金	ご飯 鮭のクリーム煮 ひじきのかわり煮 清汁	ご飯 鮭 玉葱 人参 いんげん ホワイトソース コンソメ ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん 大根 コンソメ 砂糖 牛挽肉 豆腐 じゃが芋 南瓜 白菜 しめじ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				クロレラ バナナ蒸しパン	クロレラ バナナ ホットケーキミックス ベーキングパウダー 牛乳 砂糖
10	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 人参 もやし ほうれんそう 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
				お菓子	お菓子
12	月	ご飯 ブリのゴマダレ焼 マカロニサラダ 野菜スープ	ご飯 ブリ 葱 濃口しょうゆ みりん ゴマ マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ ほうれんそう 人参 じゃが芋 大根 薄揚げ なす ウェイパー 薄口しょうゆ		
				牛乳 フルーツポンチ	牛乳 みかん缶 パイン缶 バナナ ゼリーの素
13	火	ご飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草のソテー 清汁	ご飯 合挽肉 豆腐 ひじき 玉葱 パン粉 卵 牛乳 デミグラスソース ベーコン ほうれんそう 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ 人参 ごぼう チンゲン菜 じゃが芋 大根 しめじ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				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
14	水	ちゃんぽん麺 五目大豆 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 大豆 人参 玉葱 こんにゃく いんげん コーン だしの素 濃口しょうゆ みりん バナナ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
15	木	ご飯 鱈の立田揚げ 牛肉と春雨の炒め物 味噌汁	ご飯 鱈 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 南瓜 なす じゃが芋 キャベツ 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
16	金	ご飯 鶏のネギ塩だれ 肉じゃが 大根スープ	ご飯 鶏肉 玉葱 葱 ウェイパー ごま油 レモン汁 みりん 塩コショウ 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 人参 もやし 絹厚揚げ チンゲン菜 しめじ ウェイパー		
				クロレラ ふのラスク	クロレラ ふ バター 砂糖

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

## 8日はきく組、うめ組のクッキングです

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	土	中華丼 清汁 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 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご	お菓子	お菓子
19	月	ご飯 豚の生姜焼き 筑前煮 清汁	ご飯 豚肉 玉葱 人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒 鶏肉 人参 れんこん 椎茸 玉葱 いんげん だしの素 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 薄揚げ なす 大根 ほうれんそう しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 焼おにぎり	牛乳 ご飯 かつお節 濃口しょうゆ みりん 葱 ゴマ
20	火	パン 鮭の味噌ミルク煮 カラフルサラダ コンソメスープ	丸ロール 鮭 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ 玉葱 胡瓜 ツナ めんつゆ 酢 砂糖 豆腐 なす わかめ しめじ 人参 チンゲン菜 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
21	水	鮭わかめご飯 煮込みハンバーグ もやしサラダ 味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 鮭わかめふりかけ 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 牛乳 マッシュルーム デミグラスソース ケチャップ ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 大根 人参 ほうれんそう 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 みかん缶 ゼリーの素	ジョア マドレーヌ	ジョア マドレーヌ
22	木	ご飯 ナゲット ひじきのドレッシング和え コーンチャウダー	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ なす クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
23	金	ご飯 麻婆豆腐 色どり野菜のソテー 中華スープ	ご飯 豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 葱 なす 赤味噌 砂糖 濃口しょうゆ ピーマン キャベツ 赤ピーマン コーン 玉葱 胡瓜 バター コンソメ わかめ 人参 南瓜 もやし キャベツ 薄揚げ ウェイパー	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
24	土	味噌ラーメン 大根サラダ フルーツ	中華麺 焼豚 人参 玉葱 チンゲン菜 わかめ ウェイパー 味噌 ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ オレンジ	お菓子	お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

6月

## 8日はきく組、うめ組のクッキングです

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
26	月	パン タンドリーチキン ポテトサラダ わかめスープ	クリームエスカルゴ 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 絹厚揚げ 大根 筍 椎茸 白菜 わかめ 卵 ウェイパー		
				ショートブレッド 牛乳	薄力粉 バター 砂糖 牛乳 牛乳
27	火	ご飯 鯖の磯部揚げ 金平ごぼう 味噌汁	ご飯 鯖 濃口しょうゆ みりん あおのり 揚げ油 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 大根 南瓜 キャベツ なす 薄揚げ わかめ だしの素 味噌		
				牛乳 チーズケーキ	牛乳 クリームチーズ 砂糖 卵 薄力粉 コーンスターチ サワークリーム
28	水	ご飯 豚みそ焼き 春雨サラダ 中華スープ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 もやし チンゲン菜 赤味噌 酒 砂糖 濃口しょうゆ ゴマ ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 わかめ しめじ もやし 玉葱 ジャガ芋 豆腐 ウェイパー		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	木	ご飯 タラの幽庵焼き すき焼き風煮 清汁	ご飯 タラ 味ぼん 砂糖 牛挽肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく エリンギ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 薄揚げ なす 大根 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 スノーボール	牛乳 薄力粉 砂糖 サラダ油
30	金	カレーピラフ ブロッコリーのクリーム煮 かき玉汁 フルーツ	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 ホタテ ブロッコリー 玉葱 人参 しめじ ホワイトソース じゃが芋 大根 わかめ 南瓜 豆腐 白菜 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん オレンジ みかん缶		
				クロレラ お菓子	クロレラ お菓子