

# 6月

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	月	ご飯 鶏の唐揚げ - 香味ソース チンゲン菜のおかか和え 味噌汁	ご飯 鶏肉 白葱 濃口しょうゆ 酒 砂糖 しょうが 揚げ油 ツナ ハム チンゲン菜 人参 もやし しめじ コーン かつお節 めんつゆ 大根 人参 南瓜 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ご飯 ハンバーグ 大根とツナのサラダ 清汁	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 牛乳 デミグラスソース コンソメ ツナ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 豆腐 ごぼう チンゲン菜 南瓜 人参 しめじ だしの素 薄口しょうゆ 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
3	水	ご飯 カレイの照り焼き すき焼き風煮 豚汁	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん 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 豚肉 さつまいも 大根 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		カレーチャーハン ひじきのドレッシング和え かき玉スープ フルーツ	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 カレー粉 コンソメ ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 人参 大根 ほうれんそう ジャガ芋 わかめ しめじ 卵 ウェイパー バナナ	牛乳 りんごのスコーン	牛乳 りんご 薄力粉 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳 パター 卵
5	金	パン ポークチャップ ささみサラダ コンソメスープ	丸ロール 豚肉 玉葱 人参 しめじ ケチャップ ウスターソース 片栗粉 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 大根 ジャガ芋 しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	クロレラ ひじきおにぎり	クロレラ ご飯 ひじき 人参 薄揚げ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 だしの素
		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 しめじ 白菜 豆腐 南瓜 だしの素 味噌 オレンジ みかん缶	お菓子	お菓子
8	月	ご飯 鯖のチーズフライ 根菜炒め 清汁	ご飯 鯖 薄力粉 卵 パン粉 粉チーズ あおのり お好みソース 揚げ油 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 豆腐 しめじ ほうれんそう 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 さつまいも饅頭	牛乳 ホットケーキミックス さつまいも 砂糖 サラダ油

# 6月

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	火	ご飯 ナゲット ほうれん草のソテー	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 牛乳 コンソメ ケチャップ 砂糖 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	牛乳 フレンチトースト	牛乳 食パン 卵 牛乳 砂糖
		カレースープ	薄揚げ 人参 玉葱 じゃが芋 なす キャベツ カレールウ 牛乳		
10	水	ご飯 ローストチキン 和風サラダ 清汁	ご飯 鶏肉 玉葱 濃口しょうゆ みりん ツナ 人参 キャベツ 玉葱 胡瓜 コーン わかめ めんつゆ 豚肉 豆腐 ごぼう チンゲン菜 南瓜 人参 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
11	木	ご飯 タラの甘酢あんかけ ホイコーロー	ご飯 タラ 玉葱 人参 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン コーン エリンギ 味噌 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 シフォンケーキ	牛乳 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
		中華スープ	豆腐 人参 ほうれんそう もやし 玉葱 じゃが芋 ウエイパー		
12	金	ご飯 チキンピカタ マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 鶏肉 卵 薄力粉 カレー粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 薄揚げ 大根 人参 さつまいも 白菜 わかめ だしの素 味噌	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
13	土	ハヤシライス 清汁	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 しめじ ハヤシルウ 薄揚げ 大根 ごぼう チンゲン菜 じゃが芋 人参 だしの素 薄口しょうゆ みりん	お菓子	お菓子
		フルーツ	りんご		
15	月	ご飯 鯖のみそ焼き 肉じゃが	ご飯 鯖 白味噌 みりん 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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	絹厚揚げ ごぼう ほうれんそう 南瓜 人参 大根 だしの素 薄口しょうゆ みりん		
16	火	パン スクエアバーグ	ワッサンデニッシュ 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 チーズ 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ ウスターソース	牛乳 お好み焼き	牛乳 薄力粉 豆腐 ツナ キャベツ 葱 ベーキングパウダー お好みソース
		さつまいもサラダ コーンチャウダー	さつまいも 人参 コーン 玉葱 ベーコン マヨネーズ 塩コショウ 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		

# 6月

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	水	ご飯 ひじき入りつくね 五目大豆	ご飯 ひじき 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 牛乳 濃口しょうゆ 砂糖 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	牛乳 カレー蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 卵 ウインナー 人参 チーズ カレー粉
		豚汁	豚肉 大根 ごぼう さつまいも 白菜 人参 だしの素 味噌		
18	木	鮭わかめご飯 チキンカツ もやしサラダ かき玉スープ フルーツ	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 薄力粉 卵 パン粉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 揚げ油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 人参 大根 ほうれんそう 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー オレンジ みかん缶	ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
19	金	ご飯 カレイのパン粉焼き ナポリタン	ご飯 カレイ 卵 パン粉 薄力粉 バター 濃口しょうゆ 砂糖 パゲティ 玉葱 ピーマン ウインナー ケチャップ ウスターソース 牛乳 砂糖 コンソメ	牛乳 スイートポテトケーキ	牛乳 さつまいも ホットケーキミックス 牛乳 卵 バター 砂糖
		コンソメスープ	人参 じゃが芋 しめじ キャベツ わかめ ごぼう コンソメ		
20	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
		金平ごぼう フルーツ	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 バナナ		
22	月	ご飯 鮭のから揚げ 和風ソース ひじきのかわり煮 わかめスープ	ご飯 鮭 唐揚げ粉 玉葱 濃口しょうゆ みりん 酢 砂糖 揚げ油 ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん 大根 コンソメ 砂糖 絹厚揚げ 人参 大根 しめじ じゃが芋 わかめ もやし ウェイパー	牛乳 ちんすこう	牛乳 薄力粉 サラダ油 砂糖 食塩
23	火	ご飯 豚みそ焼き	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	牛乳 きなこドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス 豆腐 卵 砂糖 きな粉 揚げ油
		ごぼうサラダ かき玉汁	ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ 人参 大根 ほうれんそう 南瓜 ごぼう しめじ 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん		
24	水	ご飯 タンドリーチキン 春雨サラダ 味噌汁	ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 豆腐 大根 人参 しめじ 白菜 さつまいも だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

# 6月

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	木	ご飯 コロッケ 鶏肉と豆腐の卵とじ 野菜スープ	ご飯 合挽肉 ジャガ芋 さつまいも 玉葱 コーン 薄力粉 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ 揚げ油 鶏肉 豆腐 玉葱 人参 しめじ いんげん 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん キャベツ 人参 玉葱 大根 南瓜 わかめ ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ご飯 鶏のケチャップ煮 スパニッシュオムレツ 清汁	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン 冷凍えだまめ しめじ なす デミグラスソース コンソメ ジャガ芋 玉葱 ブロッコリー ハム チーズ 卵 コンソメ 薄揚げ 大根 人参 チンゲン菜 南瓜 ごぼう だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ のりチーズパン	クロレラ ホットケーキミックス 豆腐 牛乳 粉チーズ サラダ油 あおのり
27	土	麻婆豆腐丼 大根スープ フルーツ	ご飯 豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 葱 味噌 濃口しょうゆ 砂糖 牛肉 大根 人参 玉葱 チンゲン菜 もやし ウェイパー りんご	お菓子	お菓子
		ご飯 鯖の蒲焼き風 牛肉と春雨の炒め物 清汁	ご飯 鯖 片栗粉 砂糖 濃口しょうゆ みりん だしの素 牛肉 春雨 人参 玉葱 コーン いんげん ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 大根 ほうれんそう 南瓜 人参 ごぼう だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
30	火	ご飯 鶏のおろし煮 ツナサラダ 豚汁	ご飯 鶏肉 大根 葱 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 揚げ油 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 豚肉 わかめ 大根 ごぼう さつまいも 人参 だしの素 味噌	牛乳 ハムじゃがパンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス ハム ジャガ芋 卵 牛乳 サラダ油 ケチャップ