



6月メニュー



日曜	昼食	おやつ	赤血や肉になる	黄熱や力となる	緑調子をととのえる
2月	ご飯 かみなり汁 ささみと野菜ののりサラダ オレンジ	ヨーグルト 牛乳 りんご／リンドバーグ	プレーンヨーグルト・ぶたもも・木綿豆腐・煮干し（いりこ）・若鶏ささ身・普通牛乳	強化米・サラダ油・さといも・いりごま・片栗粉	だいこん・にんじん・ごぼう（ささごぼう）・葉ねぎ・きゅうり・焼きのり・オレング・ゆでりんご・あめのり
3火	ご飯 白身魚の西京焼き ポイルキャベツ すまし汁（油揚げ・なめこ・わかめ）	牛乳 ミニパン スキムミルク（全乳） バナナ（3時） クッキー	普通牛乳・しいたけ・みそ・油揚げ・煮干し（いりこ）・脱脂粉乳	パン（市販用）・強化米・砂糖・クッキー	キャベツ・なめこ・生わかめ・葉ねぎ・バナナ
4水	ご飯 大豆の味噌煮 野菜サラダ（マヨネーズ）	バナナ 牛乳 きな粉蒸しパン	若鶏もも・大豆水煮缶詰・生揚げ・さつまいも・ローズハム・普通牛乳・きな粉・鶏卵	強化米・こんにゃく・砂糖・サラダ油・マヨネーズ・蒸しパンミックス・無塩バター	バナナ・にんじん・干しいたけ・だいこん・ごぼう（ささごぼう）・みつしごぼ・さやいんげん・キャベツ・きゅうり
5木	宮崎カレー 竹輪と卵の和風マヨ和え りんご	カルシウムせんべい カルピスゼリー	牛もも（赤肉）・鶏卵・焼き竹輪・削り節・乳酸菌飲料・セラチン	塩せんべい・さといも・サラダ油・強化米・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ごぼう（ささごぼう）・きゅうり・りんご
6金	ご飯 鮭のムニエル キャベツときゅうりの塩昆布和え 味噌汁（豆腐・えのき・青菜）	牛乳 ウエハース お茶 じゃこ入りお好み焼き	普通牛乳・べにざけ・木綿豆腐・みそ・煮干し（いりこ）・しらす干し・鶏卵・削り節	ウエハース・強化米・薄力粉・サラダ油・お好み焼き粉・マヨネーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん・塩昆布・えのきだけ・ほうれんそう・葉ねぎ・乾ひじき・コーン缶詰粒・あめのり
7土	親子うどん きゅうりのカリコリ	みかん缶 牛乳 パン	煮干し（いりこ）・若鶏もも・蒸しかりんご・鶏卵・油揚げ・普通牛乳	うどん・パン（市販用）	みかん缶詰・干しいたけ・にんじん・葉ねぎ・きゅうり
9月	ご飯 春雨汁 豆腐とレギサラダ バナナ	牛乳 クッキー 牛乳 手作りじゃがりこ	普通牛乳・若鶏もも・油揚げ・鶏卵・木綿豆腐・粉チーズ	クッキー・強化米・はるさめ・ごま油・砂糖・いりごま・じゃがいも	干しいたけ・かぼちゃ・葉ねぎ・にんじん・レタス・きゅうり・バナナ
10火	ご飯 白身魚の洋風焼き トマト 味噌汁（厚揚げ・なめこ・わかめ）	フルーチェ スキムミルク（全乳） ビスケット	フルーチェ・普通牛乳・しいたけ・粉チーズ・生揚げ・煮干し（いりこ）・みそ・脱脂粉乳	強化米・薄力粉・無塩バター・マヨネーズ・ビスケット	たまねぎ・コーン缶詰粒・青ピーマン・トマトケチャップ・トマト・なめこ水煮缶詰・カットわかめ・葉ねぎ
11水	かやくご飯 チキン南蛮（タルタル） ポテトサラダ もずくスープ	牛乳 ポリンキー 紫陽花ゼリー（サイダー）	普通牛乳・若鶏もも・油揚げ・鶏卵・削り節・セラチン	コーンスナック・強化米・こんにゃく・片栗粉・サラダ油・砂糖・マヨネーズ・じゃがいも	にんじん・干しいたけ・ごぼう（ささごぼう）・さやいんげん・たまねぎ・パセリ・きゅうり・もずく・えのきだけ・葉ねぎ・きんぴら・みかん缶詰
12木	ご飯 切り干し大根とひじきの炒め煮 味噌汁（じゃが芋・小松菜）	りんご 牛乳 ほうれん草ホットケーキ	ぶたもも・油揚げ・大豆水煮缶詰・みそ・煮干し（いりこ）・普通牛乳・鶏卵・ゆで小豆缶詰・生クリーム	強化米・サラダ油・じゃがいも・砂糖・無塩バター・ホットケーキミックス	りんご・切り干しだいこん・ひじき・にんじん・青ピーマン・しょうが・ごまつな・ほうれんそう
13金	ご飯 鮭のごま照り焼き 甘酢キャベツ 味噌汁（豆腐・南瓜・わかめ） バナナ	牛乳 せんべい お茶 スタミナ卵	普通牛乳・べにざけ・木綿豆腐・みそ・煮干し（いりこ）・鶏卵	甘辛せんべい・強化米・薄力粉・砂糖・いりごま	キャベツ・にんじん・きゅうり・かぼちゃ・生わかめ・葉ねぎ・バナナ
14土	お子様ビビンバ わかめスープ（ホールコーン・パセリ）	牛乳 ビスコ お菓子	普通牛乳・ぶたひき肉	ビスケット・砂糖・いりごま・サラダ油・ごま油・強化米・小麦粉・あられ	根深ねぎ・にんにく・だいごもやし・ほうれんそう・にんじん・生わかめ・コーン缶詰粒・パセリ
16月	ご飯 ポークビーンズ（大豆） マカロニサラダ りんご	プリン 牛乳 バナナパウンドケーキ	ぶたもも・ベーコン・大豆水煮缶詰・普通牛乳・鶏卵	カスタードプリン・強化米・サラダ油・じゃがいも・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・ホットケーキミックス・グラニュー糖・無塩バター	にんじん・たまねぎ・トマトピューレ・キャベツ・きゅうり・りんご・バナナ
17火	味噌バターラーメン 元気漬け	牛乳 フレンチドーナツ スキムミルク（全乳） チーズケーキ（小麦粉）	普通牛乳・ぶたひき肉・赤みそ・脱脂粉乳・クリームチーズ・生クリーム・鶏卵	ドーナツ（市販用）・中華めし・サラダ油・ごま油・無塩バター・砂糖・薄力粉	にんにく・しょうが・だいごもやし・生わかめ・コーン缶詰粒・葉ねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁
18水	ご飯 肉じゃが かみかみサラダ バナナ	もも缶 お茶 コーン入り卵焼き	ぶたもも・生揚げ・大豆水煮缶詰・ローズハム・しらす干し・みそ・鶏卵	強化米・じゃがいも・しらたき・サラダ油・砂糖・マヨネーズ	もも缶詰・にんじん・たまねぎ・さやいんげん・コーン缶詰クリーム・きゅうり・キャベツ・バナナ・青ピーマン・コーン缶詰粒・トマトケチャップ
19木	ご飯 五目きんぴら 味噌汁（油揚げ・豆腐・青菜・わかめ） メロン	牛乳 ビスケット 牛乳 のりチーズトースト	普通牛乳・ぶたばら・さつまいも・大豆水煮缶詰・みそ・油揚げ・煮干し（いりこ）・木綿豆腐・フロセスチーズ	ビスケット・強化米・サラダ油・こんにゃく・砂糖・いりごま・食パン（市販用）・マーガリン・マヨネーズ	ごぼう（ささごぼう）・にんじん・青ピーマン・たけのこ水煮缶詰・葉ねぎ・生わかめ・ほうれんそう・メロン・焼きのり
20金	ご飯 エビのかき揚げ トマト すまし汁（豆腐・小松菜・かき揚げ・えのき）	牛乳 おかし フルーツあんみつ	普通牛乳・むきえび・鶏卵・木綿豆腐・蒸しかりんご・煮干し（いりこ）・こしあん	あられ・強化米・薄力粉・片栗粉・砂糖・サラダ油	たまねぎ・にんじん・コーン缶詰粒・切りみつば・トマト・ごまつな・えのきだけ・生わかめ・バナナ・みかん缶詰・もも缶詰・パインアップル缶詰
23月	ご飯 肉団子汁 酢の物（キャベツ・人参・胡瓜・わかめ）	牛乳 フレンチロールケーキ 牛乳 アップルパイ	普通牛乳・煮干し（いりこ）・鶏ひき肉・鶏卵・みそ	スポンジケーキ・強化米・片栗粉・はるさめ・砂糖・パイ皮	たまねぎ・にんじん・だいこん・干しいたけ・にら・きゅうり・キャベツ・カットわかめ・りんご



11日(水)
誕生会です



17日(火)

絵本・おはなし
給食Day

