



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
1 月	ご飯 かみなり汁 フレンチサラダ	フルーチェ 牛乳 人参の甘食	フルーチェ・普通牛乳・ぶたもも・木綿豆腐・煮干し(いりこ)・ロースハム・鶏卵・コンデンスミルク	強化米・サラダ油・さといも・薄力粉・無塩バター・砂糖	だいこん・にんじん・ごぼう(ささごぼう)・葉ねぎ・キャベツ・きゅうり・コーン缶詰粒
2 火	ご飯 魚のりんごソースかけ ポイルキャベツ(トマト) 味噌汁(油揚げ・豆腐・南瓜・人参・わかめ) オレンジ	牛乳 ウエハース 牛乳 手作りバターサブレ	普通牛乳・しいら・煮干し(いりこ)・油揚げ・木綿豆腐・みそ	ウエハース・強化米・片栗粉・砂糖・ホットケーキミックス・無塩バター・グラニュー糖	しょうが・りんご・たまねぎ・キャベツ・トマト・かぼちゃ・にんじん・カットわかめ・葉ねぎ・オレンジ
3 水	ご飯 トマトチンジャオロース 小松菜入りかきたま汁	みかん缶 スキムミルク(全乳) メロン ビスケット	ぶたもも・削り節・鶏卵・木綿豆腐・煮しかまぼこ・脱脂粉乳	強化米・砂糖・サラダ油・片栗粉・ビスケット	みかん缶詰・青ピーマン・たけのこ水煮缶詰・トマト・トマトケチャップ・しょうが・こまつな・メロン
4 木	ご飯 じゃが芋の中華煮 きゅうりとエビのサラダ パインアップル	牛乳 さやえんどう お茶 がね	普通牛乳・牛ひき肉・むきえび・鶏卵	小麦粉あられ・強化米・じゃがいも・サラダ油・片栗粉・マヨネーズ・さつまいも・薄力粉・砂糖	にんじん・たまねぎ・キャベツ・さやいんげん・トマトケチャップ・きゅうり・コーン缶詰粒・パインアップル
5 金	エッグカレー ひじきのマリネ	牛乳 クッキー フルーツあんみつ	普通牛乳・ぶたもも・うずら卵 水煮缶詰・ツナ缶詰・ごしあん	クッキー・サラダ油・じゃがいも・強化米	りんご・にら・たまねぎ・にんじん・乾ひじき・きゅうり・だいこん・トマト・バナナ・みかん缶詰・もも缶詰・パインアップル缶詰
8 月	ご飯 鉄野菜たっぷり汁 酢の物(かまぼこ・人参・南瓜・わかめ) メロン	ヨーグルト スキムミルク(全乳) かっぱえびせん	プレーンヨーグルト・鶏むね・油揚げ・煮干し(いりこ)・みそ・煮しかまぼこ・脱脂粉乳	強化米・砂糖・小麦粉あられ	にんじん・切干しだいこん・干しいたけ・かぼちゃ・チンゲンサイ・さやいんげん・カットわかめ・きゅうり・メロン
9 火	ご飯 ぎょうつね 千切りキャベツ すまし汁(油揚げ・かまぼこ・ほうれん草) バナナ	牛乳 ピコラ お茶 豆腐入りお好み焼き	普通牛乳・しいら・油揚げ・煮しかまぼこ・煮干し(いりこ)・絹ごし豆腐・鶏卵・削り節	ビスケット・強化米・砂糖・薄力粉・パン粉・サラダ油・お好み焼き粉・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・キャベツ・ほうれん草・葉ねぎ・バナナ・コーン缶詰粒
10 水	牛そぼろの甘辛ずし チキン南蛮(タルタル) カレーポテトサラダ 味噌汁(玉葱・えのき・わかめ)	牛乳 ミニパン 紫陽花ゼリー	普通牛乳・牛ひき肉・若鶏もも・鶏卵・ロースハム・みそ・煮干し(いりこ)・生クリーム・ゼラチン	パン(市販用)・強化米・砂糖・サラダ油・片栗粉・マヨネーズ・じゃがいも・グラニュー糖	ごぼう(ささごぼう)・にんじん・ゆでれんこん・さやいんげん・たまねぎ・パセリ・きゅうり・コーン缶詰粒・えのきたけ・カットわかめ・葉ねぎ
11 木	ご飯 チリコンカン 拌三絲(シーチキン)	バナナ スキムミルク(全乳) パインアップル クラッカー	ぶたひき肉・大豆水煮缶詰・ツナ缶詰・脱脂粉乳	強化米・サラダ油・砂糖・はるさめ・ごま油・スナッククラッカー	バナナ・にんにく・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム水煮缶詰・トマト・ホール缶詰・きゅうり・パインアップル
12 金	ご飯 鮭の生姜焼き きゅうりのカリコリ 味噌汁(厚揚げ・青菜・わかめ) オレンジ	牛乳 ビスコ 牛乳 手作りじゃがりこ	普通牛乳・べにざけ・煮干し(いりこ)・生揚げ・みそ・粉チーズ	ビスケット・強化米・片栗粉・サラダ油・じゃがいも	しょうが・きゅうり・生わかめ・葉ねぎ・ほうれん草・オレンジ・にんじん
13 土	コーンラーメン きゅうりのおひたし	もも缶 牛乳 パン	削り節・ぶたかたろース・普通牛乳	中華めん・ごま油・砂糖・いりごま・パン(市販用)	もも缶詰・まこんぶ・にんじん・葉ねぎ・ほうれん草・コーン缶詰粒・たまねぎ・きゅうり
15 月	ご飯 ごま汁 栄養サラダ メロン	牛乳 せんべい 牛乳 豆腐ココアマフィン	普通牛乳・若鶏もも・油揚げ・みそ・しらす干し・プロセスチーズ・絹ごし豆腐	甘辛せんべい・強化米・サラダ油・じゃがいも・いりごま・砂糖・ホットケーキミックス	にんじん・だいこん・キャベツ・にら・きゅうり・こまつな・メロン
16 火	ご飯 白身魚の和風ピカタ きゅうりの塩もみ 味噌汁(油揚げ・豆腐・えのき・わかめ) パインアップル	プリン スキムミルク(全乳) チーズまんじゅう	しいら・鶏卵・削り節・油揚げ・木綿豆腐・みそ・煮干し(いりこ)・脱脂粉乳・クリームチーズ	カスタードプリン・強化米・片栗粉・マヨネーズ・サラダ油・薄力粉・無塩バター・砂糖	あおのり・きゅうり・えのきたけ・生わかめ・葉ねぎ・パインアップル
17 水	ご飯 五目きんぴら 味噌汁(厚揚げ・茄子・玉ねぎ・もやし)	みかん缶 牛乳 バナナ(3時) ビスコ	ぶたばら・さつま揚げ・大豆水煮缶詰・生揚げ・みそ・煮干し(いりこ)・普通牛乳	強化米・サラダ油・ごんにゃく・砂糖・いりごま・ビスケット	みかん缶詰・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・なす・たまねぎ・だいずもやし・葉ねぎ・バナナ
18 木	お子様ビビンバ わかめスープ(ホールコーン・パセリ) オレンジ	牛乳 卵ボーロ お茶 カレー粉ふき芋	普通牛乳・ぶたひき肉	衛生ボーロ・砂糖・いりごま・サラダ油・ごま油・強化米・じゃがいも	根菜ねぎ・にんにく・だいずもやし・ほうれん草・にんじん・生わかめ・コーン缶詰粒・パセリ・オレンジ
19 金	ご飯 鮭のごま照り焼き きゅうりの浅漬け 味噌汁(油揚げ・豆腐・小松菜・わかめ)	牛乳 クラッカー 牛乳 手作りリングドーナツ	普通牛乳・べにざけ・みそ・油揚げ・煮干し(いりこ)・木綿豆腐・鶏卵	スナッククラッカー・強化米・薄力粉・砂糖・いりごま・ホットケーキミックス・粉糖・サラダ油	きゅうり・にんじん・葉ねぎ・生わかめ・こまつな
20 土	トマトクリームパスタ コーンスープ(玉葱)	バナナ アップルジュース お菓子	ツナ缶詰・生クリーム・普通牛乳	スパゲッティ・小麦粉あられ	バナナ・にんにく・たまねぎ・ぶなしめじ・トマトホール缶詰・コーン缶詰クリーム・パセリ・りんごジュース
22 月	ツナカレー ささみと野菜ののりサラダ バナナ	牛乳 ブチカステラ フルーチェ	普通牛乳・ツナ缶詰・若鶏ささ身・フルーチェ	カステラ・じゃがいも・サラダ油・強化米・いりごま	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・だいこん・きゅうり・焼きのり・バナナ



10日(水)
誕生会です

