

令和5年

6月の献立

※13日麺の日、15日お誕生日会、20日お弁当日

	月 12・26日	火 ⑬・27日	水 14・28日	木 1・⑮・29日	金 2・16・30日	土 ③・17日
献立	鶏肉の塩麴焼き・ご飯 キャベツとコーンの炒め物 さつま芋とかぶのスープ	肉じゃが・ご飯 小松菜のさっと煮 キャベツの味噌汁	カレーライス じゃこサラダ ご飯	カレイの照り焼き ほうれん草のポン酢和え 豚汁 ・ ご飯	茄子と豚肉の味噌炒め 切干大根の含め煮・ご飯 オクラと豆腐のすまし汁	サラダうどん
材料	鶏もも肉 さつま芋 塩麴 小かぶ かぶの葉 キャベツ 人参 ブロッコリー 玉葱 玉葱 鰹だし ベーコン 醤油 コーン缶 みりん 醤油 塩 油 米	牛肉 人参 小松菜 じゃが芋 人参 玉葱 絹さや 油揚げ 糸こんにゃく 鰹だし 鰹だし 醤油 醤油 酒 三温糖 みりん キャベツ 米 厚揚げ 玉葱 味噌 鰹だし	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 人参 玉葱 ちりめんじゃこ 人参 醤油 カレールウ 牛乳 塩 胡椒 米	カレイ 豚肉 牛蒡 塩 酒 白菜 人参 片栗粉 つき蒟蒻 醤油 もやし みりん 鰹だし 味噌 三温糖 ほうれん草 もやし 人参 米 しめじ 鰹だし ポン酢	茄子 豚肉 オクラ ピーマン 豆腐 味噌 三温糖 えのき茸 みりん 油 わかめ 切干大根 醤油 油揚げ みりん 人参 塩 鰹だし 醤油 米 三温糖	茹でうどん 豚肉 レタス トマト オクラ コーン缶 大根 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
おやつ	パイナップルマフィン (ホットケーキミックス パイナップル缶) 牛乳	麩菓子(麩 有塩バター 三温糖) 牛乳	ピザトースト(食パン ツナ 缶 コーン缶 チーズ ピー マン ケチャップ)ヤクルト	バナナ、かみかみ昆布 牛乳	じゃが芋のバター焼き (じゃが芋 無塩バター 牛乳)	パン 牛乳
	月 5・19日	火 6・⑳日	水 7・21日	木 8・22日	金 9・23日	土 10・24日
献立	ひじきのかき揚げ 厚揚げのひき肉あんかけ 青菜の味噌汁・ご飯	鯖のおろし煮 白菜のおひたし さつま汁・ご飯	クリームシチュー ブロッコリーのツナ和え ご飯	牛肉と小松菜の野菜炒め 南瓜の含め煮 豆腐のすまし汁・ご飯	鯖のマヨネーズ焼き トマトのさっぱりサラダ じゃが芋の味噌汁・ご飯	ジャージャー麺
材料	ひじき 南瓜 厚揚げ 人参 玉葱 鶏ひき肉 ピーマン 生姜 小麦粉 グリンピース ベーキング 鰹だし パウダー 醤油 酒 塩 油 みりん 塩 油 ほうれん草 玉葱 しめじ 鰹だし 味噌 米	鯖 さつま芋 大根 牛蒡 人参 醤油 つき蒟蒻 みりん 青葱 鰹だし 生姜 味噌 三温糖 白菜 小松菜 えのき茸 人参 塩昆布 醤油 みりん	鶏もも肉 ブロッコリー じゃが芋 人参 玉葱 ツナ缶 人参 コーン缶 クリームルウ 醤油 牛乳 塩 胡椒 米	牛肉 豆腐 白葱 小松菜 油揚げ もやし わかめ 人参 鰹だし しめじ 醤油 塩 醤油 みりん 三温糖 にんにく 南瓜 鰹だし 米 醤油 三温糖	鯖 塩 酒 じゃが芋 マヨネーズ 玉葱 トマト 油揚げ キャベツ 鰹だし もやし 味噌 人参 焼きのり 醤油 酢 米 三温糖 油	中華麺 豚ひき肉 人参 青葱 味噌 醤油 テンメンジャン にんにく 生姜 胡瓜 ミニトマト 鶏がらスープ 酢 醤油 塩 三温糖 生姜汁 ごま油
おやつ	みたらし芋団子(上新粉 じゃが芋 醤油 三温 糖 片栗粉) 牛乳	お好み焼き(お好み焼き粉 キャベツ 竹輪 天かす 桜エビ ソース ケチャ ップ 青のり 油) 牛乳	7日フルーツゼリー(オレン ジジュース みかん缶 寒天 ゼラチン 三温糖) 21日ヨーグルト/ヤクルト	ジャムサンド 牛乳 (食パン いちごジャム)	とうもろこし, 小魚 / 牛乳 (とうもろこし, 塩) (小魚 酒 醤油 三温糖 いりごま)	パン 牛乳

