

平成29年 6月の献立

	月 12・26日	火 13・27日	水 14・28日	木 1・15・29日	金 2・16・30日	土 17日
献立	鯖のおろし煮 里芋のほっこり煮 すいとん汁	鶏しそ天ぷら オクラと長芋の磯和え 南瓜の味噌汁／ミニトマト	カレーライス ハリハリサラダ	鯖のマヨネーズ焼き 茄子と油揚げの煮物 豚汁	ゴボウと牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のポン酢和え なめこ汁	冷やしきつねうどん
材料	鯖 小麦粉 大根 チンゲン菜 小麦粉 人参 鰹だし 生姜 醤油 みりん 醤油 塩 みりん 里芋 厚揚げ ホタテの貝柱水煮 生姜 絹さや 醤油 鰹だし みりん 片栗粉	(13日はお誕生日会です) 鶏むね肉 オクラ 塩 大葉 胡瓜 みりん 長芋 小麦粉 焼きのり ベーキングパウダー 醤油 塩 サラダ油 砂糖 かつお節 南瓜 ゴボウ もやし 油揚げ 鰹だし 味噌 ミニトマト	鶏もも肉 切干大根 玉葱 ハム 人参 胡瓜 じゃが芋 アスパラ カレールウ 酢 酒 塩 胡椒 塩 砂糖 サラダ油 鰹だし 牛乳 白ごま ゴマ油	鯖 塩 酒 豚肉 マヨネーズ ゴボウ 白菜 茄子 人参 油揚げ つきこんにやく 生姜 もやし 鰹だし 鰹だし 醤油 味噌 みりん	牛肉 ほうれん草 人参 人参 ゴボウ もやし 平こんにやく しめじ 鰹だし ポン酢 砂糖 砂糖 醤油 醤油 酒 鰹だし なめこ 豆腐 青葱 鰹だし 味噌	茹でうどん 油揚げ 干し椎茸 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩
おやつ	ジャムサンド 牛乳 苺ジャム 食パン	バナナ&小魚 牛乳 バナナ 小魚 砂糖 酒 醤油 みりん 白ごま	わらびもち ヤクルト わらび餅粉 水 きな粉 砂糖 塩	二色団子 牛乳 もち粉 あずき缶 塩 砂糖 きな粉	じゃが芋バター焼き 牛乳 じゃが芋 塩 無塩バター	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	ミートローフ 小松菜のさっと煮 豆腐の味噌汁	6日 麺の日 20日 お弁当日	クリームシチュー ひじきのサラダ	鮭のグラタン 南瓜の含め煮 レタスのスープ	茄子と豚肉の味噌炒め 野菜豆の含め煮 麩のすまし汁	ジャージャー麺
材料	合いびき肉 小松菜 (牛・豚) 人参 玉葱 人参 油揚げ グリーンピース 鰹だし コーン 砂糖 パン粉 醤油 卵 牛乳 サラダ油 豆腐 青葱 塩 胡椒 わかめ 味噌 鰹だし		豚肉 ひじき じゃが芋 ほうれん草 玉葱 ツナ缶 人参 人参 塩 胡椒 コーン ホワイトルウ 醤油 牛乳 砂糖 すりごま マヨネーズ	生鮭 じゃが芋 レタス ほうれん草 豆腐 塩 胡椒 卵 ブイヨン わかめ パン粉 牛乳 白ごま ホワイトソース 塩 シュレッドチーズ 胡椒 コンソメ 南瓜 鰹だし 砂糖 醤油	茄子 玉葱 麩 鶏もも肉 わかめ 人参 酒 えのき茸 砂糖 味噌 青葱 塩 醤油 片栗粉 醤油 ゴマ油 みりん 鰹だし 大豆 大根 人参 ゴボウ 板こんにやく竹輪 鰹だし 砂糖 醤油	中華麺 生姜 豚ひき肉 ニンニク 胡瓜 プチトマト 人参 青葱 (中華スープ) 赤味噌 生姜汁 甜麺醤 醤油 酒 砂糖 片栗粉 酢 塩 ゴマ油
おやつ	きな粉マカロニ 牛乳 きな粉 砂糖 塩 マカロニ	チヂミ 牛乳 チヂミ粉 玉葱 水 ニラ	7日 プリン / ヤクルト (プリンミックス 水) 21日 ヨーグルト	ホットケーキ 牛乳 ホットケーキミックス 水	ラスク 牛乳 グラニュー糖 無塩バター フランスパン	パン 牛乳

