

平成30年 6月の献立

	月 11・25日	火 12・26日	水 13・27日	木 14・28日	金 1・15・29日	土 16・30日
献立	マーボー茄子 春雨サラダ ワンタンスープ	12日 麺の日 26日 お誕生会	カレーライス コールスローサラダ	豚肉の梅肉和え うの花 青菜の味噌汁	鱈の柚庵焼き 切干大根の含め煮 オクラとなめこの味噌汁	冷やしうどん
材料	ピーマン 春雨 胡瓜 茄子 人参 ハム 人参 豚ひき肉 キャベツ 塩 にんにく もやし 酢 生姜 赤味噌 砂糖 醤油 砂糖 醤油 すりゴマ 甜麺醤 酒 ゴマ油 片栗粉 ワンタン チンゲン菜 人参 もやし 鶏がらスープ 醤油	 12日 お好み焼き (お好み焼き粉 キャベツ 桜えび 天かす 竹輪 青のり ウスターソース ケチャップ サラダ油) 26日 きな粉マカロニ (きな粉 砂糖 塩 マカロニ) / 牛乳	鶏もも肉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 玉葱 りんご 人参 干しぶどう カレールウ サラダ油 牛乳 酢 塩 塩 砂糖 胡椒 13日 フルーツゼリー (ゼラチン 寒天 砂糖 みかん缶 オレンジジュ ース) 27日 ヨーグルト / ヤクルト	豚肉 おから 牛蒡 えのき茸 人参 しめじ もやし さつま芋 大葉 板かまぼこ 梅干し つき蒟蒻 梅肉 青葱 鰹だし 酒 砂糖 醤油 砂糖 みりん 小松菜 玉葱 醤油 油揚げ 味噌 鰹だし	鱈 酒 切干大根 醤油 人参 みりん 油揚げ 砂糖 鰹だし 柚子果汁 砂糖 オクラ 醤油 豆腐 なめこ 鰹だし 味噌	茹でうどん 干し椎茸 板かまぼこ 油揚げ 青葱 鰹だし 醤油 みりん 砂糖 塩
おやつ	もちもちチーズ(白玉粉 豆腐 小麦粉 ベーキングパウダー 塩粉チーズ サラダ油) 牛乳			ラスク 牛乳 フランスパン 無塩バター グラニュー糖	ジャムサンド 牛乳 食パン 苺ジャム	パン 牛乳
	月 4・18日	火 5・19日	水 6・20日	木 7・21日	金 8・22日	土 9・23日
献立	豆腐のつくね焼き ほうれん草のゴマ和え 南瓜の味噌汁	かき揚げ ひじきと大豆の含め煮 豚汁	ビーフシチュー 焼き南瓜のグリーンサラダ	赤魚の炊き合わせ 小松菜のさっと煮 茄子の味噌汁	鶏肉の香味野菜焼き/きんぴ ら風煮/ブロッコリーのおかか 和え/玉子とニラのすまし汁	タン麺
材料	豆腐 ほうれん草 鶏ひき肉 人参 玉葱 もやし 醤油 しめじ サラダ油 鰹だし 片栗粉 砂糖 醤油 砂糖 すりゴマ みりん 南瓜 玉葱 油揚げ 鰹だし 味噌	(19日 お弁当日) 玉葱 人参 ひじき 人参 さつま芋 油揚げ 大豆 むき海老 砂糖 醤油 竹輪 塩 鰹だし 三つ葉 小麦粉 豚肉 牛蒡 サラダ油 白菜 人参 ベーキング つき蒟蒻 パウダー もやし 鰹だし 味噌	じゃが芋 南瓜 玉葱 ベーコン 人参 ベビーリーフ 牛肉 ミニトマト マッシュ 塩 胡椒 ルーム マヨネーズ ビーフルウ 醤油 砂糖 牛乳 玉葱 塩 オリーブオイル 胡椒	赤魚 牛蒡 小松菜 焼き豆腐 油揚げ 生姜 酒 人参 砂糖 醤油 鰹だし 鰹だし 砂糖 醤油 茄子 玉葱 油揚げ 鰹だし 味噌	鶏肉 白葱 レンコン 醤油 みりん 牛蒡 人参 砂糖 生姜汁 さやいんげん ゴマ油 いりごま すりごま 砂糖 醤油 みりん 酒 ブロッコリー 人参 玉子 ニラ コーン えのき茸 塩 かつお節 豆腐 みりん 醤油 鰹だし 醤油	中華麺 キャベツ 人参 水煮筍 なると 豚バラ肉 ニラ 青葱 中華だし 醤油 塩
おやつ	麩菓子 牛乳 麩 無塩バター 三温糖	切干大根もち 牛乳 切干大根 青葱 桜えび 片栗粉 塩 ゴマ油	わらび餅 ヤクルト わらびもち粉 水 砂糖 塩 きな粉	さつま芋のマフィン 牛乳 さつま芋 砂糖 ホットケーキミックス	バナナ、小魚 牛乳 バナナ 小魚 砂糖 醤油 酒 白ゴマ	パン 牛乳

