○○ 献 立 一 覧 表 ○○

令和2年 6月［常 食］

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝 食	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **きのことベーコンのソテー** きのこミックス ベーコン 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ **牛乳** 牛乳	**食パン(マーマレードジャム)** 食パン マーマレード **アスパラのシーチキン炒め** グリーンアスパラガス ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 **牛乳** 牛乳	**菓子パン(パーム)** パームパン **フルーツポンチ** みかん缶詰 パインアップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ **コーヒー牛乳** コーヒー牛乳	**米飯** 米 **春菊とはんぺんの煮びたし** 春菊 はんぺん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 **みそ汁(玉ねぎ)** たまねぎ きざみ揚げ みそ だしの素 **ふりかけ(のりたま)** のりたまふりかけ	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **野菜のポトフ風** キャベツ にんじん たまねぎ ベーコン コンソメ 食塩 こしょう **飲むヨーグルト** 飲むヨーグルト	**菓子パン(ウインナーデニッシュ)** あらびきウインナーデニッシュ **チンゲン菜とツナのバターソテー** チンゲンサイ にんじん ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド **フルーツジュース** フルーツジュース	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **小松菜とハムコーンのソテー** こまつな ロースハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 **牛乳** 牛乳
昼 食	**みそラーメン** 中華麺 焼き豚 りょくとうもやし なると コーン ねぎ みそラーメンスープ **肉まん** 小型肉まん **餃子** 餃子 しろな 味ぽん **メロンゼリー** メロンゼリー	**豆ごはん** 米 もち米 うすい豆 食塩 酒 **魚の塩焼き** 鰺 食塩 菜の花 ごま こいくちしょうゆ みりん **さつまいもきんぴら** さつまいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味 **赤だし汁(えのき)** えのき わかめ みつば 赤みそ だしの素	**米飯** 米 **牛肉の五目煮** 牛かたロススライス にんじん しらたき はくさい むき枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **たらもサラダ** じゃがいも きゅうり にんじん ロースハム たらこ 食塩 こしょう マヨネーズ **みそ汁(豆腐・あげ)** 豆腐 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	**米飯** 米 **ささみのキムチーズフライ** ささ身 スライスチーズ はくさいキムチ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダな トマトケチャップ トンカツソース **添え物((アスパラ・南瓜)** グリーンアスパラガス 食塩 こしょう 食塩不使用バター かぼちゃ 食塩 **白菜と錦糸卵の和え物** はくさい にんじん 錦糸卵 うすくちしょうゆ みりん **すまし汁(しめじ・とろろこぶ)** しめじ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **魚のみぞれ煮** カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん がんもどき さといも 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **ほうれん草のなめ茸和え** ほうれんそう にんじん ロースハム なめ茸 こいくちしょうゆ **みそ汁(そうめん)** そうめん きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	**米飯** 米 **カレー煮込みハンバーグ** 合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ カレールウ **添え物(ズッキーニ・トマト)** ズッキーニ 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ オリーブ油 トマト **もやし炒め** りょくとうもやし にんじん にら イカ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 **コンソメスープ(ワカメ)** わかめ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	**米飯** 米 **鮭のトマトクリーム煮** 鮭 ほうれんそう たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう ブロッコリー **手作りスパゲティサラダ** スパゲティ にんじん きゅうり ベーコン 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ **セロリのスープ** セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ
夕 食	**米飯** 米 **魚の香り焼き** 鰆 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 白ネギ **添え物(いんげんかか和え)** いんげん冷凍 糸かつお こいくちしょうゆ みりん **五目煮(白菜・さつま揚げ)** はくさい つきこんにゃく にんじん さつま揚げ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **すまし汁(ごぼう・生ふ)** ささがきごぼう 生ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鶏のから揚げみぞれ和え** 鶏もも肉 酒 みりん おろししょうが 鶏卵 かたくり粉 白絞油 大根おろし 味ぽん サニーレタス **添え物(キャベツ・ミニトマト)** キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト **もやしとカニカマの辛し和え** りょくとうもやし にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ からし みりん **すまし汁(オクラ・ふ)** オクラ 手まりふ きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **白身魚の香味バター焼き** ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター **添え物(スナップエンドウ)** スナップエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 **チキンオムレツ** チキンオムレツ トマトケチャップ サニーレタス **コンソメスープ(ほうれん草)** ほうれんそう コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	**米飯** 米 **クリームシチュー(鮭)** 鮭 じゃがいも にんじん たまねぎ チンゲンサイ クリームシチューの素 牛乳 **酢の物(竹輪)** きゅうり にんじん 竹輪 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ **フルーツ(メロン)** メロン	**天津飯** 米 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ むきえび たまねぎ たけのこ にんじん グリンピース ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが **大焼売** 大焼売 味ぽん サラダな **なすと小柱の煮物** なす 小柱 きぬさや だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん **きのこスープ** エリンギ しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	**米飯** 米 **魚のみそマヨ焼き** メバル みそ マヨネーズ パセリ **添え物(ふきソテー)** ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 **大根のそぼろ煮** 大根 鶏ひき肉 サラダ油 グリンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 **すまし汁(菜の花・ハンペン)** 菜の花 はんぺん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鶏の白みそマスタード焼き** 鶏もも肉 白みそ 上白糖 粒マスタード みりん 鶏卵 青のり **添え物(ホワイトアスパラ・人参)** ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう にんじん オリーブ油 食塩 カレー粉 **ひじきの五目煮** ひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにゃく いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん **すまし汁(しろな・生ふ)** しろな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素

※都合により献立を変更することがあります

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

令和2年 6月 ［常 食］

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝 食	**食パン(りんごジャム)** 食パン りんごジャム **大根のスープ煮** 大根 にんじん ベーコン コンソメ 食塩 こしょう パセリ **コーヒー牛乳** コーヒー牛乳	**菓子パン(カスタードデニッシュ)** カスタードデニッシュ **フルーツ(りんご・びわ缶)** りんご びわ缶詰 **牛乳** 牛乳	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **いんげんのソテー** いんげん 竹輪 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 **フルーツジュース** フルーツジュース	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **きのことウインナーのソテー** きのこミックス ポークウインナー 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ **牛乳** 牛乳	**米飯** 米 **里芋の煮付け** さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん **みそ汁(なす・あげ)** なす きざみ揚げ みそ だしの素 **梅びしお** 梅びしお	**ホットケーキ(ストロベリー)** ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム ストロベリーソース オレンジ 白桃缶詰 **プロセスチーズ** プロセスチーズ **紅茶(ミルク)** 紅茶 牛乳 グラニュー糖	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **小松菜とウインナーのソテー** こまつな ポークウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 **牛乳** 牛乳
昼 食	**米飯** 米 **豚肉の和風焼き** 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 サラダな **添え物(ズッキーニ・マッシュ南瓜)** ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖 **酢の物(錦糸卵)** きゅうり にんじん 錦糸卵 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ **みそ汁(竹の子・あげ)** たけのこ きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	**トリプル焼き(お好み焼き・焼きそば・たこ焼き)** 豚ばらスライス イカ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 天かす かつお粉 薄力粉 鶏卵 牛乳 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり 紅しょうが 中華麺 豚ももスライス むきえび たまねぎ キャベツ にんじん 食塩 こしょう ウスターソース **たこ焼き(トリプル焼きの一品)** たこ焼き トンカツソース みりん あおのり **焼きナスのそぼろあんかけ** 焼きナス 鶏ひき肉 みつば だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 **みそ汁(アスパラ・厚揚げ)** 絹厚揚げ グリーンアスパラガス みそ だしの素	**米飯** 米 **豚の木の芽みそ巻き天ぷら** 豚ももスライス にんじん グリーンアスパラガス みそ 上白糖 木の芽 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダな **添え物(キャベツ・ミニトマト)** キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト **天つゆ** めんつゆ 大根おろし **わさび和え(もやし)** りょくとうもやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん **すまし汁(春菊・お花の豆腐)** 春菊 お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**おにぎり(おかか)** 米 混ぜ込みわかめ おかか **山菜ぼっかけうどん** うどん 山菜ミックス 牛すじぼっかけ かまぼこ ねぎ だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん **ハムエッグ甘酢あんかけ** 鶏卵 ロースハム サラダ油 たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ かたくり粉 **長芋の明太和え** ながいも からしめんたいこ うすくちしょうゆ みりん きざみのり	**五目鯛寿司** 米 鶏もも肉 しらたき にんじん ささがきごぼう 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 錦糸卵 きざみのり きぬさや 穀物酢 上白糖 食塩 紅しょうが **絹厚揚げの小柱あんかけ** 絹厚揚げ うすくちしょうゆ だしの素 小柱 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 **コンポート** りんご 上白糖 ホイップクリーム **赤だし汁(エリンギ)** エリンギ わかめ かいわれだいこん 赤みそ だしの素	**米飯** 米 **白身魚のけんちん焼き** ホキ 食塩 木綿豆腐 合挽ミンチ にんじん たまねぎ グリンピース 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 **添え物(いんげんごま和え)** いんげん ごま こいくちしょうゆ みりん **じゃがいもとウインナーのソテー** じゃがいも ポークウインナー 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ こいくちしょうゆ パセリ **みそ汁(チンゲン菜・ベーコン)** チンゲンサイ ベーコン みそ だしの素	**米飯** 米 **すき焼き風** 牛かたロススライス 焼き豆腐 はくさい にんじん ささがきごぼう しらたき 春菊 ふ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 **イカの塩だれ炒め** イカ ブロッコリー にんじん 塩だれ ごま油 **みそ汁(アスパラ・えのき)** グリーンアスパラガス えのき みそ だしの素
夕 食	**米飯** 米 **白身魚の磯ポテト焼き** ホキ 食塩 じゃがいも あおのり 食塩 こしょう マヨネーズ **添え物(チンゲン菜辛し和え)** チンゲンサイ からし こいくちしょうゆ みりん **豚ミンチと春雨の炒め物** 緑豆はるさめ 豚ひき肉 たまねぎ にら にんじん おろししょうが おろしにんにく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油 **コーンスープ** クリームコーン たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	**米飯** 米 **蒸し鳥のチリ甘酢あんかけ** 鶏もも肉 酒 おろししょうが たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン にら 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ チリソース かたくり粉 サラダな **添え物(オクラソテー)** オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター カリフラワー コールスロードレッシング **白菜とシーチキンの煮物** はくさい にんじん ツナ缶詰 きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん **中華スープ(しろな)** しろな 豆腐 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	**米飯** 米 **魚の梅菜焼き** 鰆 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し のざわな漬け 糸かつお 上白糖 こいくちしょうゆ **添え物(カリフラワーピーナツ和え)** カリフラワー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん **ナムル風** ほうれんそう 合挽ミンチ にんじん ごま 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 **みそ汁(ワカメ・しめじ)** わかめ しめじ みそ だしの素	**米飯** 米 **焼肉** 牛かたロススライス りょくとうもやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 サラダな **添え物(ふき・グラッセ)** ふき 糸かつお うすくちしょうゆ みりん にんじん 上白糖 食塩不使用バター **コールスローサラダ** キャベツ にんじん きゅうり ツナ缶詰 食塩 こしょう コールスロードレッシング **すまし汁(小松菜・人参)** こまつな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鮭のマヨかか焼き** 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ 糸かつお パセリ **添え物(しろなごまあえ)** しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん **レンコンの炒め物** レンコン 豚ももスライス にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 七味 **すまし汁(オクラ・はんぺん)** オクラ はんぺん ねぎ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**おにぎり(塩昆布)** 米 塩昆布 **かき揚げそば** 和そば たまねぎ むきえび にんじん みつば 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 **いとこ煮** かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 **磯和え** ほうれんそう はくさい 錦糸卵 にんじん うすくちしょうゆ みりん	**米飯** 米 **魚の中華風つけ焼き** 鰺 酒 みりん こいくちしょうゆ トウバンジャン **添え物(なすソテー)** なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 **酢の物(バンサンス)** 緑豆はるさめ きゅうり にんじん 焼き豚 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 **すまし汁(菜の花・人参)** 菜の花 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素

※都合により献立を変更することがあります

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

令和2年 6月 ［常 食］

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝 食	**菓子パン(カフェオレクリーム)** カフェオレクリームパン **チンゲン菜のコンソメスープ煮** チンゲンサイ ロースハム にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ **飲むヨーグルト** 飲むヨーグルト	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **しろなとかまぼこの塩だれ炒め** しろな 黄ピーマン かまぼこ にんじん 塩だれ ごま油 **牛乳** 牛乳	**食パン(いちごジャム)** 食パン いちごジャム **きのこと卵のソテー** きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ **コーヒー牛乳** コーヒー牛乳	**菓子パン(カレーパン)** 北海道たまねぎカレーパン **ほうれん草とハムのバターソテー** ほうれんそう にんじん ロースハム ガラスープ こいくちしょうゆ バターブレンド **牛乳** 牛乳	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **小松菜のコンソメスープ煮** こまつな ロースハム にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ **飲むヨーグルト** 飲むヨーグルト	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **チンゲン菜とハムコーンのソテー** チンゲンサイ ロースハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 **牛乳** 牛乳	**米飯** 米 **だし巻き卵** だし巻きたまご 春菊 こいくちしょうゆ みりん **みそ汁(さつまいも・あげ)** さつまいも きざみ揚げ みそ だしの素 **のり佃煮** のりのつくだ煮
昼 食	**米飯** 米 **ぽっかけオムレツ** 鶏卵 じゃがいも にんじん 牛すじぽっかけ シュレッドチーズ サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース **添え物(カリフラワー・ハム)** カリフラワー ロースハム コールスロードレッシング **白菜のレモンしょうゆ和え** はくさい にんじん みつば レモン うすくちしょうゆ みりん **すまし汁(豆腐・まきふ)** 豆腐 まきふ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **チキンのり巻き** 焼きのり 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 みそ **添え物(ズッキーニ・長芋)** ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 ながいも 食塩 こしょう カレー粉 **春雨とカニカマの炒め物** 緑豆はるさめ かに風味かまぼこ たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 こしょう トマトケチャップ こいくちしょうゆ ごま油 **すまし汁(エリンギ・とろろ昆布)** エリンギ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鮭のバターしょうゆ焼き** 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 食塩不使用バター **添え物(ブロッコリーピーナツ和え)** ブロッコリー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん **ナポリタンスパゲティ** スパゲティ 食塩不使用バター ベーコン たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 こしょう トマトケチャップ こいくちしょうゆ **みそ汁(なす・ふ)** なす ふ ねぎ みそ だしの素	**ガパオライス** 米 鶏ひき肉 たまねぎ 赤ピーマン バジル おろしにんにく ナンプラー オイスターソース こいくちしょうゆ トウバンジャン 上白糖 ごま油 鶏卵 **エビと大根のサラダ** むきえび 大根 きゅうり 赤ピーマン ノンオイル青じそドレッシング **フルーツ(メロン)** メロン **コンソメスープ(しろな)** しろな コーン コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	**米飯** 米 **豚の和風サンドカツ** 豚ももスライス 梅干し 大葉 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トマトケチャップ トンカツソース サラダな **添え物(キャベツかか和え・トマト)** キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん トマト **酢の物(ワカメ)** きゅうり わかめ しらす 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ **すまし汁(小松菜・ふ)** こまつな 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**おにぎり(わかめ)** 米 炊き込みわかめ **ハイカラとろろうどん** うどん 長芋トロロ かに風味かまぼこ 天かす ねぎ 食塩 車糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 **厚揚げの明太子焼き** 厚揚げ からしめんたいこ マヨネーズ 大葉 サラダな **ぶどう寒天** ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	**米飯** 米 **豚のデミチーズ焼き** 豚ロース デミグラスソース トマトケチャップ 上白糖 コンソメ トンカツソース シュレッドチーズ **添え物(アスパラ・人参)** グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 にんじん 食塩 こしょう オリーブ油 カレー粉 **ブロッコリーの洋風ごま和え** ブロッコリー にんじん むきえび 食塩 こしょう 焙煎ゴマドレッシング **コンソメスープ(ズッキー・しめじ)** ズッキーニ しめじ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう
夕 食	**米飯** 米 **エビ団子の旨煮** 海老ボール 大根 にんじん レンコン むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 **ピリ辛炒め(ほうれん草)** ほうれんそう にんじん イカ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 **みそ汁(もやし・ワカメ)** りょくとうもやし わかめ みそ だしの素	**米飯** 米 **魚の韓国風煮** 鯖 おろししょうが コチュジャン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 酒 だしの素 ごま油 がんもどき ふき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **小松菜のなめ茸和え** こまつな にんじん ベーコン なめ茸 こいくちしょうゆ **みそ汁(ごぼう・ふ)** ささがきごぼう ふ みそ だしの素	**米飯** 米 **アスパラコロッケ** じゃがいも グリーンアスパラガス たまねぎ ロースハム 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース **添え物(チンゲン菜かか和え)** チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん ミニトマト **ごま和え(胡瓜・ちくわ)** きゅうり にんじん 竹輪 ごま うすくちしょうゆ みりん **すまし汁(しめじ・菜の花)** しめじ 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **魚の中華マリネ風** 鰆 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ たまねぎ きゅうり にんじん ごま油 サラダな **添え物(オクラかかあえ)** オクラ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん **五目煮(白菜・カニカマ)** はくさい つきこんにゃく にんじん かに風味かまぼこ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **みそ汁(春菊・あげ)** 春菊 きざみ揚げ みそ だしの素	**米飯** 米 **かにと枝豆のむし卵** 鶏卵 カニ にんじん たけのこ むき枝豆 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ **添え物(菜の花・シュウマイ)** 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ みりん エビシュウマイ **なすのソテー(イカ)** なす イカ おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリンピース サラダ油 **みそ汁(アスパラ・豆腐)** 絹ごし豆腐 グリーンアスパラガス みそ だしの素	**米飯** 米 **チンジャオロース** 牛かたロススライス 酒 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン たけのこ ごま油 ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ かたくり粉 サニーレタス **小龍包** 小龍包 サラダな **中華スープ(オクラ・卵)** オクラ ベーコン 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 パセリ	**米飯** 米 **魚の白菜おろしがけ** 赤魚 食塩 大根おろし はくさい 味ぽん 大葉 **添え物(ほうれんそう・ごま)** ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん **もやし炒め(ウインナー)** りょくとうもやし にんじん にら ポークウインナー 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 **みそ汁(竹の子・手まりふ)** たけのこ 手まりふ みそ だしの素

※都合により献立を変更することがあります

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

令和2年 6月 [常 食]

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝 食	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **しろなのガーリックソテー** しろな にんじん ベーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 **フルーツジュース** フルーツジュース	**ホットケーキ(メープルシロップ)** ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム メープルシロップ オレンジ 洋なし缶詰 **ヨーグルト** ヨーグルト **紅茶** 紅茶 グラニュー糖	**菓子パン(チーズハムロール)** チーズハムロール **野菜の塩だれ炒め** キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン サラダ油 塩たれ **牛乳** 牛乳	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **小松菜とかまぼこのソテー** こまつな かまぼこ にんじん 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 **りんごジュース** りんごジュース	**食パン(マーマレードジャム)** 食パン マーマレード **ホワイトアスパラのシーチキン炒め** ホワイトアスパラ ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 **牛乳** 牛乳	**米飯** 米 **チンゲン菜とかまぼこの煮びたし** チンゲンサイ かまぼこ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 **みそ汁(里芋・あげ)** さといも きざみ揚げ みそ だしの素 **ふりかけ(のりたま)** のりたまふりかけ	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **白菜スープ煮** はくさい にんじん はんぺん コンソメ 食塩 こしょう パセリ **コーヒー牛乳** コーヒー牛乳
昼 食	**米飯** 米 **魚のフライ(ケチャップ＆ソース)** メルルーサ 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トマトケチャップ トンカツソース サラダな **添え物(キャベツ・ミニトマト)** キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト **切り干し大根煮物** 切干しだいこん にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **すまし汁(えのき・とろろ昆布)** えのき とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **スコッチエッグ** 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 鶏卵 トマトケチャップ トンカツソース **添え物(ホワイトアスパラソテー)** ホワイトアスパラ 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ 食塩 エダムパウダーチーズ **みぞれ和え(ほうれん草)** ほうれんそう にんじん かまぼこ 大根おろし 味ぽん **コンソメスープ(カリフラワー)** カリフラワー にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	**☆佐賀名物☆シシリアンライス** 米 牛かたロススライス たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 レタス きゅうり トマト 鶏卵 マヨネーズ **焼きナスの明太子あんかけ** 焼きナス からしめんたいこ みつば だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 **フルーツ(りんご・キウイ)** りんご キウイフルーツ **すまし汁(えりんぎ・生ふ)** エリンギ 生ふ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **魚の木の芽かば焼き** 鰺 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 木の芽 かたくり粉 **添え物(もやしごまあえ)** りょくとうもやし にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん **旨煮** 豚ももスライス 大根 にんじん レンコン こんにゃく しいたけ きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 **みそ汁(厚揚げ)** 厚揚げ しろな みそ だしの素	**おにぎり(しば漬け)** 米 しば漬け **冷やしきつねうどん** うどん 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん かに風味かまぼこ きゅうり きざみのり めんつゆ **豆腐の甘みそかけ** 絹ごし豆腐 ブロッコリー みそ 上白糖 みりん **春巻き** 春巻き 白絞油 サニーレタス	**米飯** 米 **鶏のみそキムチやき** 鶏もも肉 みそ 上白糖 はくさいキムチ エダムパウダーチーズ **添え物(インゲン・グラッセ)** いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター **和風サラダ(じゃがいも)** じゃがいも にんじん たらこ かいわれだいこん 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ **すまし汁(しめじ・春菊)** しめじ 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **魚の和風ピカタ** ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 あおのり **添え物(春菊わさび和え)** 春菊冷凍 わさび こいくちしょうゆ みりん **里芋とイカの煮物** さといも イカ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 グリンピース **みそ汁(かぼちゃ・ベーコン)** かぼちゃ ベーコン ねぎ みそ だしの素
夕 食	**親子丼** 米 鶏卵 鶏もも肉 たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みつば きざみのり **ふきとさつまあげの煮物** ふき にんじん さつま揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 **まさご和え(白菜・たらこ)** はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん **赤だし汁(あさり)** あさりむき身 わかめ きぬさや みそ だしの素	**米飯** 米 **魚のピリ辛みそ焼き** 鰆 みそ 上白糖 コチュジャン 酒 みりん **添え物(菜の花・かつお)** 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ みりん **いり豆腐(豚肉)** 木綿豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 サラダ油 **すまし汁(ちゃそば・生ふ)** 茶そば 生ふ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **魚介の中華炒め** むきえび イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りょくとうもやし 黄ピーマン ごま油 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 サニーレタス **オクラと長芋のなめ茸和え** オクラ ながいも なめ茸 こいくちしょうゆ **すまし汁(ごぼう)** ささがきごぼう きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鶏のソース焼き** 鶏もも肉 食塩 こしょう トンカツソース 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ **添え物(アスパラ・さつま芋)** グリーンアスパラガス 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも カレー粉 **ニラ玉炒め** 鶏卵 にら たまねぎ オイスターソース 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 **コンソメスープ(白菜・コーン)** はくさい コーン きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	**米飯** 米 **スパニッシュオムレツ** 鶏卵 牛乳 エダムパウダーチーズ 上白糖 食塩 こしょう ほうれんそう じゃがいも にんじん たまねぎ ロースハム サラダ油 トマトケチャップ **添え物(レッドキャベツ)** レッドキャベツ 穀物酢 上白糖 トマト **エビのクリーム煮** むきえび みずな にんじん たまねぎ 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 **中華スープ(オクラ・ささみ)** オクラ ささ身 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉	**米飯** 米 **鮭のピザ風焼き** 鮭 食塩 こしょう ピザソース スライスチーズ 青ピーマン **添え物(しろなかかあえ)** しろな 糸かつお こいくちしょうゆ みりん **五目春雨(豚肉)** 緑豆はるさめ 豚ももスライス たまねぎ にんじん 青ピーマン 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 **みそ汁(ほうれん草・お花の豆腐)** ほうれんそう お花のとうふ みそ だしの素	**米飯** 米 **マーボーナス** 揚げナス 合挽ミンチ 白ネギ おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン ごま油 上白糖 こいくちしょうゆ 赤みそ かたくり粉 グリンピース **華いかしゅうまい** 華いかしゅうまい サラダな 味ぽん **豆腐スープ** 絹ごし豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ

※都合により献立を変更することがあります

○○ 献 立 一 覧 表 ○○

令和2年 6月 ［常 食］

	29（月）	30（火）					
朝 食	**食パン(バター)** 食パン バターブレンド **しろなとウインナーのソテー** しろな ポークウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 **牛乳** 牛乳	**菓子パン(ｼﾞｬｰﾏﾝﾍﾞｰｺﾝﾎﾟﾃﾄﾊﾟﾝ)** ジャーマンベーコンポテトパン **フルーツ(バナナ)** バナナ **牛乳** 牛乳					
昼 食	**ハヤシライス** 米 牛かたロススライス たまねぎ にんじん マッシュルーム デミグラスソース ハヤシルウ トマトケチャップ トマト缶詰 上白糖 トンカツソース **もやしとエビのサラダ** りょくとうもやし きゅうり にんじん むきえび 焙煎ゴマドレッシング **フルーツ(メロン)** メロン	**米飯** 米 **魚のから揚げ明太ソースかけ** たら 酒 おろししょうが かたくり粉 白絞油 のざわな漬け からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 サラダな **添え物(キャベツごま和え)** キャベツ ごま うすくちしょうゆ みりん ミニトマト **酢の物(焼豚)** きゅうり にんじん 焼き豚 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ **みそ汁(チンゲン菜・ふ)** チンゲンサイ ふ みそ だしの素					
夕 食	**おにぎり(菜飯)** 米 菜飯の素 **冷やしきのこおろしうどん** うどん 大根おろし なめ茸 きゅうり かに風味かまぼこ きざみのり めんつゆ **だし巻き卵** 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 **含め煮** かぼちゃ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	**米飯** 米 **鶏の木の芽西京焼き** 鶏もも肉 白みそ みそ 上白糖 木の芽 **添え物(オクラソテー・長芋)** オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター カレー粉 ながいも 食塩 こしょう **わさび和え(白菜)** はくさい かまぼこ かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん **すまし汁(小松菜・お花の豆腐)** こまつな お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素					

※都合により献立を変更することがあります