



6月の献立表

の献立表



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
米飯150g 味噌汁(板麩・ねぎ) 鶏肉の肉じゃが風 野菜の生姜マヨサラダ	ツナサンド チキンと白菜の中華煮 もやしのごまサラダ リンゴジュース	米飯150g すまし汁(豆腐・わかめ) 梅おろしの蒸しつくね ブロッコリーごまマヨ和え	天津飯 中華風スープ 中華風酢の物	米飯150g ワカメスープ 豆腐チャンプルー じゃが芋たらこ炒め
たこ焼き	甘辛せんべい	みかんヨーグルト	一口まんじゅう	あずきプリン
8	9	10	11	12
米飯150g 味噌汁(かぶ・油揚げ) 豚とごぼうの玉子とじ 里芋とイカの煮物	焼きカレー コンソメスープ もやしと大根のサラダ	米飯150g 吸い物(板麩) 2種のコロケ わかめの酢の物	とろろそば 揚げ出し豆腐 漬け物	ソース焼きそば 中華風スープ きんぴらごぼう
水ようかん	いちごヨーグルト	甘辛せんべい	一口まんじゅう	シュークリーム
15	16	17	18	19
☆父の日の献立☆ にぎり寿司 すまし汁 厚揚げのチーズ焼き りんごゼリー	味噌カレー牛乳ラーメン ニラチヂミ 漬け物	米飯150g 味噌汁(卵麩・しろ) 豚肉の塩麴ソテー かぼちゃはちみつ煮	チャーシュー丼 味噌汁(花麩・はんぺん) なめこおくら 漬け物	あさりの炊き込みごはん 具たくさん豚汁 キャベツ辛子和え
せんべい	一口まんじゅう	キウイシャーベット	パインヨーグルト	ホットケーキ
22	23	24	25	
冷やし中華 里芋のずんだ和え ひじき煮	炊き込みごはん お吸い物 なすの挟み煮 漬け物	米飯150g コーンスープ 白身フライの野菜あんかけ オクラ和風サラダ	☆ご当地献立：島根県☆ 蒸し寿司 すまし汁(花麩・三つ葉) ほうれん草のごま和え 紅白ぜんざい	米飯150g すまし汁(かぶ) サバの生姜味噌焼き きんぴらごぼう
フルーツシャーベット	一口まんじゅう	カフェオレゼリー	蒸しケーキ(いちご)	★お誕生日ケーキ
29	30			
米飯150g ロールパン 卵スープ 茄子とトマトのグラタン きゅうりとセロリのオレンジサラ 黒糖蒸しパン	米飯150g 米飯150g 味噌汁(あおさ・なめこ) 赤魚のねぎ風味蒸し 切干大根の炒め煮 シュークリーム			