



6月献立表



令和3年5月31日

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (火)	じゃこなめし・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・だいこんば・しらすぼし・しろごま・かぼちゃ・さつまいも・ごぼう・にんじん・たまねぎ・しょうゆ・こむぎこ・たまご・あぶら・レタス・マヨネーズ・プチトマト・とりミンチ・しょうが・かたくりこ・ほうれんそく・もやし・しいたけ・ねぎ・にぼし	菓子類 かりんとう	カステラ
	がね			
	そえレタス・プチトマト			
	にくだんごスープ			
2 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・ちゅうかめん・ぶたももにく・いか・えび・キャベツ・にんじん・たまねぎ・しいたけ・もやし・ねぎ・ごまあぶら・しょうゆ・とりがら・さつまいも・だいす・かたくりこ・かえり・あぶら・さとう・くろごま	菓子類 あられ	ゆかりおにぎり おつけもの
	ちゃんぽん			
	かえりとだいすのあげに			
3 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・たまねぎ・かぼちゃ・なす・ズッキー	菓子類 クッキー	あじさいゼリー
	みやざきやさいたっぷ	ニ・ピーマン・ダイストマト・しょうが・にんにく・あぶら・とりがら・カレー		
	りカレー	こ・ケチャップ・デミグラスソース・しょうゆ・ウスター・ソース・ひじき・さとう・しらすぼし・きゅうり・チーズ・しろごま・ごまあぶら・す		
4 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・あいびきにく・たまねぎ・にんじん・パンこ・たまご・あぶら・ピーマン・えのきたけ・しいたけ・みりん・しょうゆ・するめ・キャベツ・きゅうり・マヨネーズ・とうふ・わかめ・ほうれんそう・にぼし	菓子類 せんべい	ピザトースト
	ハンバーグのきのこあんかけ			
	かみかみサラダ 	★かみかみサラダは歯と口の健康週間メニューです。		
5 (土)	しょくパン・牛乳	しょくパン・ぎゅうにゅう・とりにく・たまねぎ・にんじん・コーン・マカロニ・グリンピース・バター・こめこ・なまクリーム・とりがら・あぶら・キャベツ・みかん・す・さとう・しょうゆ	菓子類 おかき	いちごスティック クケーキ
	クリームシチュー			
	キャベキヤベサラダ			
7 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりももにく・マーマレード・しろワイン・しょうゆ・ほうれんそう・ツナ・コーン・にんじん・さとう・わかめ・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・みりん・とりがら・バナナ	菓子類 ビスケット	だいがくいも
	とりにくのマーマレードに			
	ほうれんそうとコーンのあえもの			
	やさいスープ			
	くだもの (バナナ)			
8 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたヒレにく・こむぎこ・たまご・パンこ・あぶら・ケチャップ・ちゅうのうソース・さとう・トマト・きゅうり・レタス・す・にんじん・しょうゆ・たまねぎ・しめじ・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし	菓子類 カルシウムおかき	マドレーヌ オレンジ
	トンカツ			
	やさいサラダ			
	にんじんのあまに			
	たまねぎのみそしる			
9 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・とりにく・ベーコン・かぼちゃ・なす・ズッキーニ・たまねぎ・しめじ・トマト・ピーマン・にんにく・ダイストマト・さとう・ケチャップ・あぶら・マカロニ・ロースハム・きゅうり・にんじん・マヨネーズ	菓子類 もも	みるくっこ
	ラタトウイユ			
	マカロニサラダ			
	あおりんごゼリー			
10 (木)	あおさごはん・牛乳	こめ・ぶたももにく・しょうゆ・あぶら・さとう・みりん・あおさ・ぎゅう	菓子類 せんべい	やきそば
	さかなのてりに	にゅう・あじ・しょうが・さとう・しょうゆ・みりん・プチトマト・ブロッコリー・わかめ・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・にぼし		
	そえやさい			
	えのきのスープ			
11 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・なす・チンゲンさい・あかピーマン・とうふ・あいびきにく・しょうが・にんにく・ごまあぶら・しょうゆ・かたくりこ・はるさめ・きゅうり・もやし・にんじん・ツナ・す・さとう・しろごま・すいか	菓子類 クラッカー	ポンデケーション
	マーポーなす			
	はるさめサラダ			
	くだもの (すいか)			
12 (土)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・カットスパゲティ・ベーコン・たまねぎ・なましいたけ・しめじ・にんじん・ピーマン・バター・しょうゆ・きざみのり・きゅうり・かつおぶし・マヨネーズ・ももかん・みかんかん・ブレーンヨーグルト	菓子類 カルシウム おかげ	こめこのカップ ケーキ
	わふうスープきのこス			
	パゲティ			
	おかかサラダ			
14 (月)	フルーツヨーグルト			
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さば・ほうれんそう・にんじん・たまご・しろごま・あぶら・さとう・す・しょうゆ・えのきたけ・なましいたけ・たまねぎ・みつば・にぼし・デラウェア	菓子類 クッキー	ジャムサンド
	さばのしおやき			
	3しおやえ			
	きのこのすまじる			
15 (火)	くだもの (ぶどう)			
	むぎごはん・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・ぶたミンチ・さとう・むきえび・たまねぎ・おろししょうが・しょうゆ・ごまあぶら・オイスター・ソース・たまご・かたくりこ・しゅうまいのかわ・もやし・す・にんじん・ニラ・えのきたけ・とりがら	菓子類 カルシウム ヨーグルト	せんべい メロン
	しゅうまい			
	もやしのすじょうゆあえ			
	ちゅうかスープ			

16 (水)	しょくパン・牛乳	しょくパン・ぎゅうにゅう・ぎゅうミンチ・ぶたミンチ・だいすみずに・かぼ	菓子類 ピスケット	チーズおかか おにぎり
	かぼちゃのミートソースに	ちゃ・じゃがいも・たまねぎ・ダイスマト・にんじん・パセリ・にんにく・オリーブオイル・ケチャップ・デミグラスソース・ウスターソース・あかワイン・		
	きゅうりとりんごのサラダ	シュレッドチーズ・レタス・きゅうり・りんご・ロースハム・す・さとう・しょうゆ		
17 (木)	カレーコーンピラフ	こめ・ウインナー・たまねぎ・ミックスベジタブル・あぶら・カレーこ・コ	バナナ	ココアケーキ
	牛乳	ンソメ・ぎゅうにゅう・ブロッコリー・ツナ・しろごま・しょうゆ・す・さ		
	ブロッコリーのごまづあえ	とう・シェルマカロニ・ベーコン・とりにく・じゃがいも・にんじん・キャベツ・しめじ・パセリ・とりがら		
	マカロニスープ			
18 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・しいら・かたくりこ・あぶら・さとう・ウス	菓子類 せんべい	てづくりプリン
	さかなのたこやきソースがらめ	ターソース・ケチャップ・あおさ・かつおぶし・キャベツ・にんじん・プチトマト・かにかまぼこ・わかめ・みつば・たまねぎ・しょうゆ・にぼし		
	ゆでやさい			
	かにかまのすまじる			
19 (土)	おやこどんぶり・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりももにく・たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・	菓子類 ビスコ	パンケーキ せんべい
	だいがくいも	しいたけ・たまご・かつおぶし・だしこんぶ・さとう・しょうゆ・みりん・さつまいも・あぶら・しろごま・えのき・あつあげ・わかめ・ねぎ・みそ・にぼし		
	えのきのみそしる			
21 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・じゃがいも・とりももにく・たまねぎ・にんじ	型抜き チーズ	ゆでとうもろこし
	じゃがいものうまい	ん・グリンピース・さとう・しょうゆ・みりん・レタス・きゅうり・トマト・ロースハム・マヨネーズ・あおな・あぶらあげ・みそ・にぼし		
	ハムサラダ			
	あおなのみそしる			
22 (火)	たきこみごはん・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・とりにく・ごぼう・にんじん・しいたけ・コンニャク・しょ	菓子類 かりんとう	フルーツミックス
	ちくわの2しょくあげ	うゆ・みりん・きざみのり・ちくわ・あおさ・こむぎこ・たまご・あぶら・カレー		
	ナムル・そえトマト	こ・だいこん・ほうれんそう・しろごま・ごまあぶら・さとう・す・プチトマト・		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・たまねぎ・あつあげ・ニラ・みそ・にぼし		
23 (水)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう・うどん・ぶたももにく・あぶらあげ・たまね	菓子類 あられ	チーズおやき
	わふうカレーうどん	ぎ・にんじん・ねぎ・ニンニク・にぼし・カレーこ・しょうゆ・キャベツ・		
	うめおかかあえ	きゅうり・もやし・さとう・しろごま・うめぼし・しらすぼし・かつおぶ		
	くだもの（オレンジ）	し・オレンジ		
24 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりにく・かたくりこ・しらねぎ・しょうが・ごまあ	菓子類 サブレ	いちごババロア
	とりにくのオーブンやき	ぶら・しょうゆ・す・さとう・ブロッコリー・マヨネーズ・ベーコン・たまねぎ・		
	そえブロッコリー	にんじん・しめじ・チンゲンさい・パセリ・にぼし		
	やさいたっぷりスープ			
25 (金)	ゆかりごはん・牛乳	こめ・ゆかりこ・しろごま・とうふ・あぶら・ニガウリ・ぶたももにく・た	菓子類 カルシウム おかき	せんべい カルピス
	ゴーヤチャンプルー (沖縄県の郷土料理)	まねぎ・にんじん・しらすぼし・たまご・さとう・しょうゆ・ごまあぶら・		
	もずくスープ	もずく・えのきたけ・ねぎ・だしこんぶ・かつおぶし・すいか・おうとう・		
	きせつのフルーツポンチ	みかん・パイン・カクテルゼリー		
26 (土)	けいはん・牛乳 (鹿児島県の郷土料理)	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ささみ・ほししいたけ・ねぎ・とりがら・しょ	菓子類 せんべい	ミニパン
	ピーマンとじゃこのきんぴら	うゆ・たまご・あぶら・ふくじんづけ・もみのり・ピーマン・にんじん・ごまあぶら・みりん・さとう・かつおぶし・しらすぼし		
28 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・あつあげ・ぶたももにく・おろししょうが・お	菓子類 クラッカー	アップルゼリー あられ
	キャベツとあつあげのいためもの	ろしにんにく・ごまあぶら・キャベツ・たまねぎ・にんじん・たけのこ・ニラ・しょうゆ・さとう・みりん・かたくりこ・もやし・いんげん・ツナ・しろごま		
	いんげんのごまあえ			
29 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・さわら・かぼちゃ・クリームコーンかん・たま	型抜き チーズ	冷やし そーめん
	かぼちゃとさかなのコーンあげ	ご・こむぎこ・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう・レタス・トマト・たまねぎ・パセリ・す・しょうゆ・レモンかじゅう・とうふ・にんじん・ほうれんそう・とりがら		
	そえレタス			
	トマトのさっぱりあえ			
30 (水)	とうふスープ			
	ちらしずし・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・さとう・す・とりにく・にんじん・たけのこ・ごぼう・しいたけ・いんげん・あぶらあげ・さとう・しょうゆ・たまご・とりミンチ・かたくりこ・ねぎ・あつあげ・みりん・キャベツ・にんじん・さかなソーメン・とうふ・えのき・オクラ・にぼし・たなばたゼリー（アレルゲン：なし）	菓子類 ビスコ	すいか せんべい
	とりつくねのりやき			
	ゆでやさい			
	たなばたスープ			
	たなばた3しょくゼリー		七夕献立	



