

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 がね そえレタス・プチトマト にくだんごスープ	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・ほうれんそう・もやし・しいたけ・ねぎ・にぼし	菓子類 かりんとう	カステラ
2 (水)	ロールパン・牛乳 ちゃんぽん かえりとだいずのあげに	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・だいず・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
3 (木)	むぎごはん・牛乳 みやぎきやさいたつぷりカレー ひじきとチーズのサラダ	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	菓子類 クッキー	あじさいゼリー
4 (金)	むぎごはん・牛乳 ハンバーグのきのこあんかけ かみかみサラダ とうふのすましじる	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 ★かみかみサラダは歯と口の健康週間メニューです。	菓子類 せんべい	ピザトースト
5 (土)	しょくパン・牛乳 クリームシチュー キャベキャベサラダ	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・グリーンピース・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 クッキー
7 (月)	むぎごはん・牛乳 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)	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
8 (火)	むぎごはん・牛乳 トンカツ やさいサラダ にんじんのあまに たまねぎのみそじる	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
9 (水)	ロールパン・牛乳 ラタトゥイユ マカロニサラダ あおりんごゼリー	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
10 (木)	あおさごはん・牛乳 さかなのてりに そえやさい えのきのスープ	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	菓子類 せんべい	やきそば
11 (金)	むぎごはん・牛乳 マーボーなす はるさめサラダ くだもの(すいか)	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	ボンデケーション
12 (土)	ロールパン・牛乳 わふうスープきのこスパゲティ おかかサラダ フルーツヨーグルト	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・プレーンヨーグルト	菓子類 カルシウム おかき	こめこのカップ ケーキ
14 (月)	むぎごはん・牛乳 さばのしおやき 3しょくあえ きのこのすましじる くだもの(ぶどう)	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
15 (火)	むぎごはん・牛乳 しゅうまい もやしのすじょうゆあえ ちゅうかスープ	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

16 (水)	しよくパン・牛乳 かぼちゃのミートソースに きゅうりとりんごのサラダ	しよくパン・ぎゅうにゅう・ぎゅうミンチ・ぶたミンチ・だいずみずに・かぼ ちゃ・じゃがいも・たまねぎ・ダイストマト・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・ 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	菓子類 ビスケット	チーズおかか おにぎり
17 (木)	カレーコーンピラフ 牛乳 ブロッコリーのごま あえ マカロニスープ	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 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	バナナ 	ココアケーキ
18 (金)	むぎごはん・牛乳 さかなのたこやきソース がらめ ゆでやさい かにかまのすましじる	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 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   	菓子類 せんべい	てづくりプリン 
19 (土)	おやこどんぶり・牛乳 だいがくいも えのきのみそしる	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・ 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	菓子類 ビスコ	パンケーキ せんべい
21 (月)	むぎごはん・牛乳 じゃがいものうまに ハムサラダ あおなのみそしる	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 ん・グリーンピース・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	型抜き チーズ	ゆで とうもろこし
22 (火)	たきこみごはん・牛乳 ちくわの2しよくあげ ナムル・そえトマト かぼちゃのみそしる	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 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 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・たまねぎ・あつあげ・ニラ・みそ・にぼし 	菓子類 かりんとう	フルーツミックス
23 (水)	ロールパン・牛乳 わふうカレーうどん うめおかかあえ くだもの(オレンジ)	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 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・ 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 し・オレンジ	菓子類 あられ	チーズおやき
24 (木)	むぎごはん・牛乳 とりにくのオープンやき そえブロッコリー やさいたっぷりスープ	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 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・ にんじん・しめじ・チンゲンさい・パセリ・にぼし 	菓子類 サブレ	いちごパバロア
25 (金)	ゆかりごはん・牛乳 ゴーヤチャンプルー (沖縄県の郷土料理) もずくスープ きせつのフルーツポンチ	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 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・えのきたけ・ねぎ・だしこんぶ・かつおぶし・すいか・おうとう・ みかん・パイン・カクテルゼリー	菓子類 カルシウム おかき	せんべい カルピス
26 (土)	けいはん・牛乳 (鹿児島県の郷土料理) ピーマンとじゃこのき んぴら	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 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 	菓子類 せんべい	ミニパン
28 (月)	むぎごはん・牛乳 キャベツとあつあげの いためもの いんげんのごまあえ	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 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	菓子類 クラッカー	アップルゼリー あられ
29 (火)	むぎごはん・牛乳 かぼちゃとさかなの コーンあげ そえレタス トマトのさっぱりあえ とうふスープ	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 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  	型抜き チーズ	冷やし そーめん
30 (水)	ちらしずし・牛乳 とりつくねのてりやき ゆでやさい たなばたスープ たなばた3しよくゼリー	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 (アレルギー：なし) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">七夕献立</div>	菓子類 ビスコ	すいか せんべい



