

献立予定表(6月度)

H22年度

	日(日)	日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
朝			ごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 牛乳	コーンフレーク たらもサラダ ミネストローネ りんごジュース	ごはん 鶏そぼろ 味噌汁 牛乳	ごはん 納豆 チリメン冷奴 味噌汁 牛乳	食パン フルーツ盛り合わせ コンソメスープ 牛乳
昼			ごはん マカロニグラタン フライドポテト キウイ サラダバイキング	ハヤシライス サラダバイキング 青りんごゼリー 牛乳	ごはん 豚肉と炒り卵の炒め おひたし 治部煮	ごはん プレート ・ガストロハンバーグ ・シャウエッセン 黒ごまプリン	わかめごはん 皿うどん ヤクルト
夕			ごはん チキンカツ もやしのじゃこ煮 和えもの	ごはん 牛肉のピリ辛焼き ひじきの炒め煮 高野豆腐の卵とじ	ごはん 赤魚の天ぷら オニオンポン酢 ビーフンソテー	ごはん タンドリーチキン 明太子スパ マリネ	ごはん ずきやき風煮 コロッケ
	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
朝	鮭菜飯 肉団子 味噌汁 牛乳	食パン 生ハム・サラダ 白菜スープ 牛乳	ごはん 真サバ照り焼き 合わせ味噌汁 牛乳	ホットケーキ フルーツ盛り合わせ コンソメスープ 牛乳	ごはん ビッグ肉団子 清まし汁 漬けもの	ごはん ねぎスクランブルエッグ 味噌汁 牛乳	チョコチップメロン フルーツヨーグルト 野菜スープ 牛乳
昼	かきあげ丼 清まし汁	麦飯・どろろ 鮭のバター醤油焼 塩焼そば 海藻サラダ	ごはん 鶏天 卵スープ	ビーフカレー サラダバイキング エクレア 牛乳	ごはん スパゲティ ポテトフライ サラダバイキング	ごはん メンチカツ 軸付カットコーン サラダ ウインナースープ	菜飯 どんこつラーメン アメリカンドッグ
夕	ごはん 鶏肉のもろみ焼き 切干大根の煮物 サラダ	ごはん 豚しゃぶ 揚げだし豆腐 ひすいぎょうざ	ごはん 豚肉のネギ焼 春雨酢物 煮物	ごはん 八宝菜 芙蓉ハイ	ごはん 焼き魚(太刀魚) チンジャオロース わらびもち	ごはん いもたき 扇フライ	ごはん ポークステーキ 厚揚げこんにやく サラダ
	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
朝	ごはん 目玉焼き 味噌汁 牛乳	シュガークロワッサン ポテトサラダ 白菜スープ 牛乳	ごはん 厚焼き卵 スジェビ 牛乳	食パン ポトフ フルーツ盛り合わせ 牛乳	ごはん 納豆 卵豆腐 味噌汁 牛乳	ごはん 野菜天ぷら 味噌汁 漬けもの 牛乳	黒糖食パン チーズ ハム コンソメスープ 牛乳
昼	三色丼 清まし汁	わかめごはん 天麩羅盛り合わせ 吸い物	ごはん 鶏肉和風ロースト 土佐煮 デザート	ポークカレー サラダバイキング オレンジゼリー 牛乳	ごはん ピザ オニオンリング フルーツ サラダバイキング	六穀米 マグロの竜田揚げ さつま芋天ぷら ビーナツ和え	さけわかめごはん 肉そば 茶碗蒸し
夕	ごはん 塩鍋 トマトソースミニバーグ	ごはん クリームシチュー サラダ	ごはん サケのチーズ焼き 豆腐ガーリック 和えもの	ごはん 牛肉のオイスター炒め ツナマヨ包み 中華サラダ	ごはん 水餃子 鶏肉レモンバジル風味	ごはん ホイコーロー エビチリ デザート	ごはん 肉じゃが 磯辺揚げ
	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
朝	お茶漬け ゆで卵 牛乳	デニッシュパン スパゲティ・サラダ コンソメスープ 牛乳	ごはん 照焼つくね 雑煮風スープ 牛乳	食パン ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	ごはん スクランブルエッグ クックデミ 味噌汁 牛乳	ごはん 納豆 マクロフレック 味噌汁 牛乳	サンドイッチ フルーツポンチ コンソメスープ 牛乳
昼	豚丼 清まし汁	ごはん ハマチの煮付け 炒り豆腐 クリームフライ けんちん汁	ごはん チューリップ 厚揚げこんにやく サラダ	チキンカレー サラダバイキング プリン 牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり大根 五目煮 磯辺和え	ごはん キムチチゲ鍋風 春巻き ふりかけ	かおりごはん そうめん かきあげ
夕	ごはん 肉団子と野菜のスープ メンチカツ	ごはん プレート ・エビフライ ・スパゲティ ・デザート	ごはん 豚肉の生姜焼き風 シヤモフライ もろみ和え	ごはん お好み焼き 豚の角煮 ふりかけ	ごはん カレイのムニエル ペペロンチーノ デザート	ごはん 豚天 タコ酢 ツナじゃが	ごはん ビーフシチュー コロッケ
	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
朝	ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き 味噌汁 牛乳	食パン ハム・ヨーグルト コンソメスープ 牛乳	ごはん かつおぶし冷奴 かき玉汁 牛乳 漬けもの	ホットケーキ ポテトサラダ 豆スープ 牛乳			
昼	マーボー丼 杏仁豆腐	チャーハン ギョーザ わかめスープ	ごはん ささみアーモンドフライ 金平ごぼう 酢物	エッグカレー(ゆで卵) サラダバイキング シュークリーム 牛乳			
夕	ごはん 豚肉の野菜炒め 三色胡麻和え 豆腐のそぼろあん包み	ごはん 鶏肉のはちみつ焼き キャベツの漬物 ひじきの煮物	ごはん ハマチの照り焼き 煮物 フルーツ盛り合わせ	ごはん 焼そば かにしゅうまい ふりかけ			
	日(日)	日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	日(金)	日(土)
朝							
昼							
夕							