

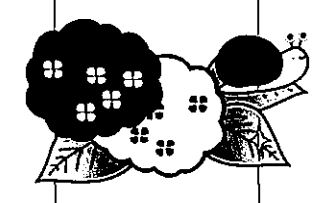
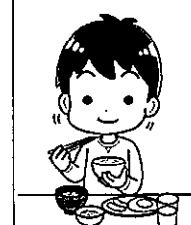

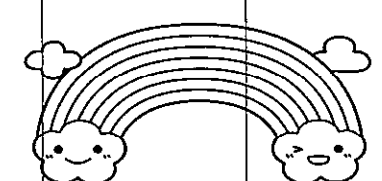

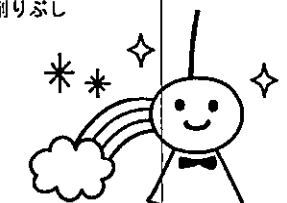
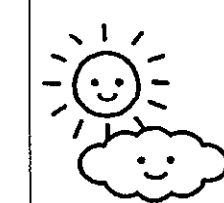


# ★ 6月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	13	14	15
<p>■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく とりにく とりにく酒 濃口しょうゆ みりん風 しょうが粉 かたくり粉 キャノーラ油 ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 豚ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン しお キャノーラ油 ■ミニポトフ だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお</p>	<p>■ビーフカレー 米 ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーパウダー ブイヨン ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p> 	<p>■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 削りぶし だし昆布 ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ 赤パプリカ 糸こんにゃく 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる しめじ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ さとう キャノーラ油 ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん マヨネーズ しお ■スープ たまねぎ ほうれん草 ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ホキ こめ粉 かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし だし昆布 ■プロッコリーのツナ和え プロッコリー コーン ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■みそうどん うどん とりにく はくさい にんじん えのき みそ 削りぶし みりん風 だし昆布 ■ひじき煮 ひじき にんじん だいず水煮 きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし</p>	<p>■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん 青ねぎ キャノーラ油 カレーパウダー ブイヨン ■コーンスローサラダ きゅうり きょうり ■マヨネーズ</p>	<p>■牛丼 米 牛バラ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 削りぶし だし昆布 ■インゲンの和え物 さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 削りぶし ■がんと煮 がんと煮 おくら 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だし昆布 削りぶし ■みそしる たまねぎ だいこん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏の塩焼き さば しお ■プロッコリーの和え物 プロッコリー にんじん おつあげ 干しいたけ にんじん さやいんげん キャノーラ油 削りぶし ■みそしる えのき にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■ちくぜん煮 とりにく こんにゃく れんこん ごぼう おつあげ 干しいたけ にんじん さやいんげん キャノーラ油 削りぶし ■みそしる えのき にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>
<p>■フルーツヨーグルト ヨーグルト さとう もも缶 ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■コーンフレークのレーズンおこし コーンフレーク 干ぶどう マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■いなりおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブ ココナッツサブ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フライドポテト (のりしお) じゃがいも キャノーラ油 青のり しお ■牛乳 牛乳</p>	<p>■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>
<p>■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ら 緑豆もやし キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p> 	<p>■ハヤシライス 米 牛バラ たまねぎ しめじ キャノーラ油 ■ハヤシライス ハヤシライス ほうれん草のマヨ和え ほうれん草 たまねぎ コーン マヨネーズ</p>	<p>■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉のボン酢炒め ぶたにく たまねぎ きゅうり にんじん ポンス さとう キャノーラ油 ■オクラのツナ和え オクラ にんじん きぬさや 削りぶし さとう ■みそしる しめじ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ りょうり酒 みりん風 さとう ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし さとう 淡口しょうゆ 削りぶし ■すまし汁 はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■トンカツ 豚ハレ しお だいず粉 かたくり粉 こめ粉 キャノーラ油 ケチャップ ■インゲンのサラダ さやいんげん たまねぎ 黄ピーマン キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう ■スープ きゅうり にんじん ブイヨン しお</p> 	<p>■冷やし中華風 小麦中華めん ハム もやし きゅうり ツナ水煮 黄ピーマン 濃口しょうゆ さとう ■鶏がらスープ ごま油 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま</p>	<p>■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 ブイヨン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん しいたけ かまぼこ キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 ごま油 にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■すまし汁 わかめ 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■ハンバーグ 合ひき肉 とうふ たまねぎ かたくり粉 しお キャノーラ油 ケチャップ ■カレイの煮付け からすかれい しょうが 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 ■インゲンのごま和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■たきごみごはん 米 しめじ にんじん こんにゃく あぶらあげ 淡口しょうゆ だし昆布 削りぶし さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■大豆の磯煮 だいず水煮 ひじき こんにゃく にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ 削りぶし</p> 	<p>■わかめうどん うどん とりにく わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■大豆の磯煮 だいず水煮 ひじき こんにゃく にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ 削りぶし</p>	
<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■コーンフレークの洋風おこし コーンフレーク マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■枝豆と塩昆布のおにぎり 米 塩こんぶ えだまめ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブ ココナッツサブ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶</p>