

★ 6月 そら・こぐま・ゆり 献立表 ★

	1月	2火	3水	4木	5金	6土	8月	9火	10水	11木	12金	13土	15月	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 ■たららの煮付け しょうが ■プロックリーの和え物 プロックリー にんじん さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 ■チキンチャップ たまねぎ ■ケチャップ キャノーラ油 ■春雨の酢の物 はきゆり ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米 ■豚肉のポソ酢炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■インゲンのごま和え さやいんげん にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華風 小食中華めん ■具 豚ロース 豆もやし きゅうり ツナ水煮 コーン ■タレ 濃口しょうゆ さとう ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん ポソ酢 さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポークカレー ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 ■マカロニサラダ マカロニ にんじん マヨネーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ■麻婆丼 米 とろろ 肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ■ごま油 ■小松菜の和え物 小松菜 にんじん ポソ酢 さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■身魚のフライ 白身魚 たまねぎ にんじん キャノーラ油 ■中濃ソース ■キャベツの酢の物 キャベツ にんじん ポソ酢 さとう ■オクラの和え物 オクラ にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ドライカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ■ケチャップ キャノーラ油 ■カレー粉 ■パイナップル ■コーンサラダ コーン にんじん マヨネーズ ■スライスチーズ ■キャベツ ■パイナップル ■お茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 さとう ■プロックリーの和え物 プロックリー にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鮭の西京焼き 秋鮭 しお 甘みそ さとう ■プロックリーのおかか和え プロックリー にかつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 		
10時	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	
3時	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■お茶 ほうじ茶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■きなこクッキー きなこ きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■菜めしおにぎり 菜めし ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 ■まぶす ココア さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココアクッキー ココア ■お茶 ほうじ茶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■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 	<ul style="list-style-type: none"> ■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(カクテル缶) フルーツ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■お菓子のラスク ラスク ■お茶 ほうじ茶 ■牛乳 牛乳 	
16日	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく きやべつ たまねぎ にんじん ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■切干大根の煮物 切干だいこん にんじん さやいんげん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏肉と大根の炒め煮 とりにく だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ■ケチャップ さとう ■パイナップル パイナップル ■キャノーラ油 ■パセリ パセリ ■ミニポトフ だいこん にんじん ウインナー ■お茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■インゲンのごま和え さやいんげん にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■豚肉の生姜焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■インゲンの和え物 さやいんげん にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 2度焼き たまねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■がんもどき にんじん さやいんげん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん さやいんげん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■味付けあげ 味付け あげ 濃口しょうゆ さとう ■削りぶし 削りぶし ■トッピング カットわかめ 青ねぎ ■うどん うどん だし昆布 削りぶし さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■スパゲティ スパゲティ にんじん マヨネーズ ■お茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■中華丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし 	<ul style="list-style-type: none"> ■ごはん 米 ■ポロ・サルタード風 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん 黄ピーマン ■ポソ酢 さとう ■キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ にんじん ポソ酢 さとう ■みそ汁 みそ たまねぎ コーン ■パイナップル パイナップル ■お茶 			
10時	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶
3時	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン(ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ■まぶす ココア さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■セザミクッキー セサミ きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■わかめおにぎり 米 わかめ ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■高野豆腐のココアトースト 高野豆腐 ココア マール さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■抹茶クッキー 抹茶 きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■クラッカー クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶 	<ul style="list-style-type: none"> ■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■お茶 ほうじ茶 ■牛乳 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ■きなこクッキー きなこ きな粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	

