

令和 4 年度 6 月実施献立

☆今月のめあて… よくかんで食べよう

				6月1日(水)		6月2日(木)		6月3日(水)	
主食		主食		主食	八穀入りご飯	主食	大山小麦小型コッペパン	主食	ご飯
主菜		主菜		主菜	豆腐ハンバーグのきのこあんかけ	主菜	白身魚のハーブ蒸し	主菜	ぎょうざ
副菜		副菜		副菜	海のアスリート汁 ごま酢和え	副菜	ミートスパゲッティ ツナごぼうサラダ	副菜	コーンたまごスープ パンサンスー
その他		その他		その他		その他		その他	
6月6日(月)		6月7日(火)		6月8日(水)		6月9日(木)		6月10日(金)	
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	かむかむわかめご飯	主食	きな粉揚げパン	主食	ご飯
主菜	豆腐竹輪の梅揚げ	主菜	いわしの梅煮	主菜	かぼちゃひき肉フライ	主菜	ほうれんそうオムレツ	主菜	焼きじゃも
副菜	わかめのすまし汁 ひじきのごまネーズ	副菜	きのこのみそ汁 いんげんのみそ炒め	副菜	ゆばのすまし汁 じゃがいもきんぴら	副菜	ミネストローネ ささみとキャベツのサラダ	副菜	肉じゃが めかぶの酢の物
その他		その他		その他		その他		その他	青梅ゼリー
6月13日(月)		6月14日(火)		6月15日(水)		6月16日(木)		6月17日(金)	
主食	ご飯	主食	麦ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	牛肉炒め(ビビンバの具)	主菜	さばの香味だれ	主菜	若鶏肉のから揚げ	主菜	若鶏肉のフレークチーズ焼き	主菜	野菜メンチカツ
副菜	ワンタンスープ ナムル	副菜	厚揚げのみそ汁 切干大根の含め煮	副菜	あじのつみれ汁 磯香和え	副菜	コンソメスープ グリーンサラダ	副菜	アスパラカレー らっきょうサラダ
その他		その他		その他		その他		その他	

6月20日(月)		6月21日(火)		6月22日(水)		6月23日(木)		6月24日(金)	
									
主食	ご飯	主食	しょうがご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦丸パン	主食	ご飯
主菜	チンジャオロースー	主菜	五目厚焼きたまご	主菜	あじの南蛮漬け	主菜	ハンバーグマトソース	主菜	豚肉の塩こうじ炒め
副菜	わかめスープ 中華サラダ	副菜	にら豚汁 千草和え	副菜	キャベツのみそ汁 大豆の五目煮	副菜	コーンポタージュ 海そうサラダ	副菜	あご竹輪のすまし汁 ごま和え
その他		その他		その他		その他	さくらんぼゼリー	その他	
6月27日(月)		6月28日(火)		6月29日(水)		6月30日(木)			
									
主食	麦ご飯	主食	ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	
主菜	若鶏肉の照り焼き	主菜	はたはたのから揚げ	主菜	ホイコーロー	主菜	豚肉のバーベキューソース	主菜	
副菜	じゃがいものみそ汁 のり酢和え	副菜	もずくのすまし汁 牛ごぼう	副菜	豆腐のスープ フルーツミックス	副菜	マカロニスープ アスパラサラダ	副菜	
その他		その他		その他		その他		その他	