

令和5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(木)		6月1日(金)	
									
主食		主食		主食		主食	米粉パン	主食	ご飯
主菜		主菜		主菜		主菜	白身魚のハーブ焼き	主菜	豚肉のカレー炒め
副菜		副菜		副菜		副菜	ポークシチュー アスパラサラダ	副菜	じゃがいものみそ汁 もやしの磯香和え
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5日(月)		6月6日(火)		6月7日(水)		6月8日(木)		6月9日(金)	
				 カミカミ献立					
主食	ご飯	主食	かむかむわかめご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	玄米入りご飯
主菜	あじフライ	主菜	豚キムチ炒め	主菜	はまちの照り焼き	主菜	鶏肉のフレークチーズ焼き	主菜	かみかみみそがらめ
副菜	キャベツのみそ汁 豚肉とごぼうの炒り煮	副菜	かきたま汁 千草和え	副菜	わかめのみそ汁 かみかみ和え	副菜	ミネストローネ ビーンズサラダ	副菜	ゆばのすまし汁 のり酢和え
その他		その他		その他		その他		その他	
6月12日(月)		6月13日(火)		6月14日(水)		6月15日(木)		6月16日(金)	
		 日本全国イッテQ食							
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	しょうがご飯	主食	きなこ揚げパン	主食	ご飯
主菜	鶏肉のから揚げ	主菜	お好み焼き	主菜	信田煮	主菜	フランクフルト	主菜	ホイコーロー
副菜	あご竹輪のすまし汁 春雨の酢の物	副菜	肉吸い 小松菜の炊いたん	副菜	あじのつみれ汁 ごま酢和え	副菜	野菜のコンソメ煮 ささみサラダ	副菜	豆腐のスープ 杏仁フルーツ
その他		その他	満月ポン	その他		その他		その他	

6月19日(月)		6月20日(火)		6月21日(水)		6月22日(木)		6月23日(金)	
									
主食	ゆかりご飯	主食	ご飯	主食	麦ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	鶏肉のバーベキューソース	主菜	野菜メンチカツ	主菜	さけのマヨネーズ焼き	主菜	厚焼き玉子	主菜	あごのかば焼き
副菜	きのこのすまし汁 アスパラのごま和え	副菜	さやいんげんのカレー らっきょうサラダ	副菜	にら豚汁 切り干し大根の含め煮	副菜	五目うどん シャキシャキポテトサラダ	副菜	厚揚げのみそ汁 三色和え
その他		その他		その他		その他		その他	
6月26日(月)		6月27日(火)		6月28日(水)		6月29日(木)		6月30日(金)	
									
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	八穀ご飯	主食	大山小麦丸パン	主食	ご飯
主菜	ブルコギ	主菜	つくね	主菜	はたはたのから揚げ	主菜	ハンバーグきのこデミソース	主菜	いわしのしょうが煮
副菜	キムチスープ もやしのナムル	副菜	海のアスリート汁 茎わかめ和え	副菜	もずくのすまし汁 じゃがいもきんぴら	副菜	コーンポタージュ グリーンサラダ	副菜	肉じゃが ゆかり和え
その他		その他		その他		その他		その他	