

献立予定表 2021年 6月

	月	火	水	木	金	土
昼食		☆1日 高野豆腐の五目煮 わかめときゅうりの酢のもの メロン	☆2日 マグロと豆腐の揚げ団子 和風サラダ じゃがいもの味噌汁	3日 肉じゃが ブロッコリー 薄揚げの味噌汁	☆4日 白身魚のレモン焼き ほうれん草ときのこの煮浸し けんちん汁	5日 かぼちゃの五目あんかけ アスパラガス すまし汁
おやつ		みかんタルト	バナナ せんべい	クラッカーサンド	手作り米粉ドーナツ	生パイナップル おかき
昼食	7日 鶏もも肉のコーンフ레이크焼き 野菜ソテー さつま芋の味噌汁	☆8日 大豆入りビーフカレー 切干大根のサラダ オレンジ 南瓜の蒸しパン	☆9日 鯖の竜田揚げ 卵の花の炒り煮 大根の味噌汁 メイプルマフィン	10日 イタリアンスパゲッティ キャベツのごま和え オニオンスープ 米粉小豆ソフトクッキー	☆11日 筑前煮 ブロッコリー わかめの味噌汁 豆乳プリン	12日 豚肉とチンゲンサイの炒煮 わかめと豆腐の味噌汁 バナナ ライスクッキー(いちご味) 味付小魚カップリング
おやつ	りんご おかき					
昼食	14日 手作りコロッケ ブロッコリー 野菜スープ	☆15日 豚肉と豆腐のケチャップ煮 中華風あえもの 豆乳ヨーグルト	☆16日 大豆の五目煮 あらびきウインナー なすの味噌汁	17日 おでん 巻き昆布 ゴールドキウイ	☆18日 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え キャベツの味噌汁	19日 そうめんチャンプルー トマト 豆腐の味噌汁
おやつ	ブルーベリータルト	じゃがいものお焼き	いちごのスティックケーキ	ジャーマンポテト	バナナ せんべい	手作りゼリー
昼食	21日 なすとピーマンの鍋しぎ もやしと春雨の和え物 蒸しシューマイ	☆22日 とんてき ほうれん草ときのこの煮浸し うす揚げの味噌汁	☆23日 チキンと野菜の豆乳クリーム煮 キャベツとトマトのツナドレッシング	24日 ささみフライ ブロッコリー ミネストローネ	☆25日 鰯の西京焼き ベーコンとコーンの炒め物 豚肉と白菜のスープ	26日 牛肉とじゃがいもの炒め煮 カリフラワーのおかか和え 玉葱の味噌汁
おやつ	とうもろこし せんべい	焼き芋	みかんゼリー	ソイアイス せんべい	手かりんとう	オレンジ せんべい
昼食	28日 酢豚 中華スープ バナナ	☆29日 カラスカレイの照り焼き 野菜のごま和え すまし汁	☆30日 ベーكدポテト パイザンヌスープ トマト			
おやつ	なかよしくッキー	野菜とごはんのお焼き	りんご せんべい			

*おやつには牛乳がつきます。 *すべての食材に卵・乳製品を使用していません。 *入荷状況などによりメニューを変更させていただくことがあります。