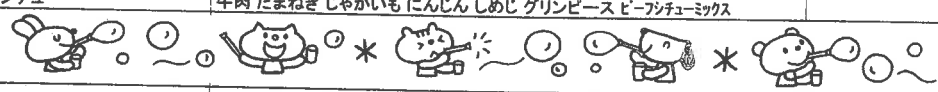
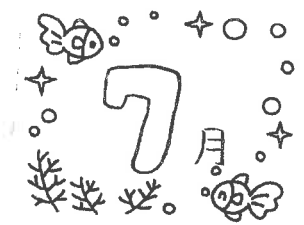


	献立名	食品名	おやつ
1日 (月)	タコライス やさいスープ	はいが精米 豚ひき肉 たまねぎ トマト レタス チーズ カレー粉 ウインナー キャベツ ズッキーニ えのきだけ にんじん	クッキー 牛乳・いりこ
2日 (火)	焼そば やさいサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ もやし にんじん ピーマン レタス きゅうりにんじん りんご シーチキン コーン	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
3日 (水)	鮭の塩こうじ焼き 煮豆 けんちん汁	鮭 うずら豆 きび砂糖 塩 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油	ウインナーフリッター 牛乳・いりこ
4日 (木)	チャプチェ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しめじ 干しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油 塩	わらびもち 牛乳・いりこ
5日 (金)	春巻 きゅうり漬 かき玉汁	はるまきの皮 豚ひき肉 たまねぎ キャベツ 水菜 かつお にんじん ピーマン はるさめ きゅうり ごま油 たまご たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ オクラ ねぎ 煮干し	七夕ゼリー おかし
6日 (土)	レーズンパン スパゲティサラダ ポトフ	レーズンパン スパゲティ きゅうりにんじん シーチキン コーン マヨネーズ ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
8日 (月)	親子丼 きゅうりの酢の物	たまご 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しめじ 干しいたけ みつば 煮干し きゅうり わかめ ちりめんじゃこ ごま	サーターアンダーギー 牛乳・いりこ
9日 (火)	冷やしそうめん かぼちゃのそぼろ煮 すいか	そうめん きゅうり 干しいたけ たまご きざみのり 煮干し かぼちゃ 合いびき肉 すいか	チヂミ 牛乳・いりこ
10日 (水)	鯖の照焼 ごま酢あえ 枝豆 みそ汁	さば きゅうり もやし にんじん ごま えだまめ 大根 えのきだけ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	豆乳もち お茶・いりこ
11日 (木)	夏野菜カレー ヨーグルトサラダ	豚肉 たまねぎ にんじん なす かぼちゃ トマト オクラ カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん 缶詰 パイナップル 缶詰	ホットケーキ 牛乳・いりこ
12日 (金)	ハンバーガー フライドかぼちゃ やさいスープ	パンズパン 合いびき肉 パン粉 牛乳 たまご 玉ねぎ レタス かぼちゃ ウインナー たまねぎ キャベツ にんじん しめじ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
13日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ビーフシチュー	ロールパン マカロニ きゅうりにんじん シーチキン コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ グリンピース ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
15日 (月)	*  *		
16日 (火)	ラーメン ギョーザ きゅうり漬	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水菜 かつお ねぎ 鶏ガラ ぎょうざ きゅうり ごま油	ヨーグルト おかし
17日 (水)	鮭の照焼 切干大根の炒め煮 みそ汁	鮭 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 さつまいも キャベツ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	おからもち 牛乳・いりこ
18日 (木)	ハンバーグ サラダ スープ	合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご パン粉 牛乳 レタス きゅうり ちりめんじゃこ キャベツ たまねぎ しめじ にんじん じゃがいも	みかんゼリー おかし
19日 (金)	揚げ鶏の南蛮漬 キャラットスープ キム	鶏もも肉 たまねぎ にんじん ピーマン にんじん すまねお しめじ じゃがいも 牛乳 クリーム ミルク 焼きのり ごま油 塩	かりんとうrost 牛乳・いりこ
20日 (土)	ごまロール ポテトサラダ わんたんスープ	ごまロール じゃがいも きゅうりにんじん シーチキン コーン りんご マヨネーズ わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま コンソメ ごま油	おかし 牛乳・いりこ
22日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん たらね 赤みそ かつお 粉 ごま油 はるさめ 鶏むね肉 きゅうりにんじん ごま ごま油	クリームぜんざい
23日 (火)	とうもろこしごはん 鶏のレモン漬け サラダ とうがんのスープ	はいが精米 とうもろこし バター 鶏もも肉 かたくり粉 レモン レタス きゅうり ミニトマト 冬瓜 たまご 干しいたけ たまねぎ ねぎ 煮干し かたくり粉	ラスク 牛乳・いりこ
24日 (水)	肉じゃが 小松菜のおひたし	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	わらびもち 牛乳・いりこ
25日 (木)	カレーライス やさいサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ レタス きゅうりにんじん りんご シーチキン コーン	カルピスゼリー おかし
26日 (金)	アジフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	あじ 薄力粉 パン粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ 絹ごし豆腐 えのきだけ わかめ ねぎ 麦みそ 煮干し	ホットケーキ 牛乳・いりこ
27日 (土)	ロールパン 春雨サラダ ミートボールスープ	ロールパン はるさめ シーチキン きゅうりにんじん コーン ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ	おかし 牛乳・いりこ
29日 (月)	三色丼 みそ汁	はいが精米 鶏ひき肉 たまご ほうれんそう さつまいも キャベツ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
30日 (火)	カレーピラフ 鶏の唐揚げ ピーマンのソテー ミネストローネ	はいが精米 シーチキン たまねぎ にんじん カレー粉 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 ピーマン ちりめんじゃこ ごま油 ウインナー たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツ セロリ トマト 缶詰 パセリ	フルーツポンチ
31日 (水)	鮭のごま照り焼き キャベツのゆかりあえ けんちん汁	鮭 薄力粉 ごま キャベツ 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ 煮干し ごま油	アイスクリーム



スケジュール

19日(金) ハッピー
20日(土) 泊キャンプ

26日(金) あじさい組
かわね
川遊び



総合食室より

6月の花のめし、
あじさいくわいさんと
いっしょに梅シロップ
づくりをしました。
洗った青梅の水を
ふいて、つまようじで
へたとり。
消毒したビンに、
きびごとくと交互に
ていねいに梅をつめ
ました。
待つこと数週間。
完成までの間、毎朝
梅シロップの梅子
葉にきてくれる
あじさいさん!
「たごいぶできてきたん
「におわせて!」
「わーりんごめたいな
車から大盛り上がり。
完成に其月待た
ふくらませます。
そして先日、ついに
完成!

みんなでおやつ
いかに食べました。
「おいしい!!!」
「おかわり!!!」
と大女子喜平でした。
来年も楽しめよう!

9日(金) ...