

6月度の献立表

日付	献立	主な材料名
2日(月)	ヤンニョムフィッシュ ピーマンの挽肉炒め 白菜のごまマヨ和え 味噌汁	骨無したら 小麦粉 片栗粉 にんにく 土生姜 キャベツ 豚ミンチ 玉ねぎ ピーマン 人参 白菜 (冷)コーン 白ごま おつゆ麩 わかめ(国) 青ねぎ
3日(火)	カレーライス ツナサラダ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 バーモントカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ 胡瓜 人参 ツナフレーク
4日(水)	鶏肉のハーブ焼き チンゲン菜とかまぼこの塩炒め もやしとわかめの酢の物 すまし汁	鶏もも肉 ハーブミックス レモン キャベツ チンゲン菜 色板かまぼこ 太もやし 人参 わかめ(国) そうめん 花麩 青ねぎ
5日(木)	キムチロールカツ 大根とさつま揚げの煮物 れんこん炒めマリネ 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 大根 さつま揚げ 金平れんこん 本しめじ ピーマン カレー粉 豆腐 わかめ(国) 人参
6日(金)	甘酢肉団子 キャベツとちくわの磯香炒め ポテトサラダ 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮たけのこ 干しいたけ にんにく 片栗粉 煮込みちくわ キャベツ 青のり粉 じゃが芋 (冷)コーン ポークハム うす揚げ えのき茸 青ねぎ
9日(月)	豚肉生姜焼き かぼちゃの天ぷら 大根の和風サラダ かき玉汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ パプリカ(赤) ピーマン キャベツ 土生姜 かぼちゃ 小麦粉 卵 大根 人参 わかめ(国) 花かつお 卵 青ねぎ キムチ
10日(火)	マーボー野菜 厚揚げ煮 小松菜のナムル 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ じゃが芋 なす 人参 青ねぎ 片栗粉 厚揚げ 人参 小松菜 太もやし 白ごま キャベツ 本しめじ 青ねぎ
11日(水)	カツとじ丼 ひじき煮 具だくさん汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 玉ねぎ 卵 青ねぎ ひじき 人参 つきこんにゃく(国) 水煮大豆 大根 人参 うす揚げ 玉ねぎ わかめ(国)
12日(木)	鶏のトマト煮込み ピリ辛こんにゃく じゃこと揚げのサラダ スープ	鶏もも肉 小麦粉 玉ねぎ 本しめじ キャベツ ホールトマト缶 つきこんにゃく(国) 金平れんこん 白ごま 絹揚げ 白菜 ちりめんじゃこ 花かつお (冷)コーン わかめ(国) 青ねぎ
13日(金)	キムチチゲ れんこん挟みフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ ニラ 大根 えのき茸 豆腐 キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
16日(月)	牛肉ガーリック炒飯 いか&じゃが芋の唐揚げ 和風ポトフ	牛肉 玉ねぎ 人参 (冷)コーン 青ねぎ バター にんにく ロールイカ じゃが芋 小麦粉 卵 ベーコン 大根 玉ねぎ 人参
17日(火)	ハンバーグ チンゲン菜のじゃこ炒め マカロニサラダ 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ チンゲン菜 ちりめんじゃこ マカロニ 胡瓜 人参 卵 玉ねぎ うす揚げ 青ねぎ
18日(水)	白身魚フライ れんこんとベーコンのソテー 胡瓜と蒸し鶏の塩だれ和え 味噌汁	骨無しホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 金平れんこん ベーコン 胡瓜 鶏むね肉 白ごま 太もやし 人参 青ねぎ
19日(木)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 青ねぎ 白ごま キムチ
20日(金)	鶏のチリソース かぼちゃの甘煮 大根のナムル 味噌汁	鶏もも肉 玉葱 土生姜 にんにく 片栗粉 キャベツ かぼちゃ 大根 胡瓜 白ごま 豆腐 おつゆ麩 青ねぎ
21日(土)	韓国風うどん(クッス) 2色チキン(唐揚げ・ヤンニョム) おにぎり キムチ	細うどん 牛肉 卵 干しいたけ 人参 青ねぎ 出し昆布 鶏もも肉 土生姜 にんにく 卵 小麦粉 白ごま キムチ
23日(月)	鶏肉の照り焼き フライビーンズ 小松菜と揚げの和え物 味噌汁	鶏もも肉 キャベツ 水煮大豆 白ごま 小松菜 厚揚げ 人参 そうめん わかめ(国) 花麩
24日(火)	ハヤシライス グリーンサラダ	牛肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 じゃが芋 人参 ハヤシルウ キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤・黄)
25日(水)	チキン南蛮タルタル添え 切り干し大根の炒り煮 もやしのナムル 味噌汁	鶏むね肉 片栗粉 卵 玉ねぎ 卵 粉パセリ キャベツ 切り干し大根 うす揚げ 人参 太もやし 胡瓜 白ごま 玉ねぎ わかめ(国) 青ねぎ
26日(木)	豚肉のねぎ塩炒め 茄子の揚げびたし 大根のごま酢和え 味噌汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ パプリカ(赤・黄) 太もやし 青ねぎ にんにく キャベツ 茄子 花かつお 大根 人参 白ごま おつゆ麩 うす揚げ 青ねぎ キムチ
27日(金)	カレーコロッケ チンゲン菜の玉子炒め れんこんとおくらのサラダ すまし汁	牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 小麦粉 卵 パン粉 カレー粉 キャベツ チンゲン菜 卵 人参 金平レンコン オクラ えのき茸 花麩 青ねぎ
30日(月)	鯖の塩焼き 含め煮 キャベツの塩吹き昆布和え かき玉味噌汁 キムチ	塩さば 大葉 高野豆腐 干しいたけ 人参 キャベツ 塩吹き昆布 白ごま 卵 青ねぎ キムチ

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園		
14日(土)	焼きうどん おにぎり さつま芋汁	うどん 豚パラスライス キャベツ 玉ねぎ 人参 青のり粉 花かつお 白ごま さつま芋 大根 人参 つきこんにゃく(国) うす揚げ 青ねぎ