

平成30年6月献立（前半）

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	金	朝	ご飯	目玉焼き	野菜ソテー	みそ汁	-
		昼	ご飯	鮭の幽庵焼き	切り干し大根の煮物	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	ブルコギ風炒め	もやしナムル	中華スープ	杏仁豆腐
2	土	朝	パン	ハムピカタ	-	野菜スープ	ジョア
		昼	ご飯	豚肉のネギみそ焼き	青菜のお浸し	みそ汁	-
		夕	シーフードカレーライス		パリパリサラダ	-	ナタデココヨーグルト
3	日	朝	ご飯	塩鯖	鶏と大根の煮物	-	バナナ
		昼	お茶漬け		わかめと胡瓜の酢の物	みそ汁	パイン寒
		夕	ご飯	鶏肉の照り焼き	青菜のナムル	中華スープ	-
4	月	朝	パン	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
		昼	ご飯/かみかみふりかけ	ししゃもフライ	やみつきキャベツ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	すき煮風豆腐	ゆかり和え	みそ汁	-
5	火	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	小松菜としめじの煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏肉の和風おろしソース	青菜の磯部和え	みそ汁	牛乳/甘夏
		夕	ご飯	ポークソテー	ポテトサラダ	野菜スープ	黒ごまプリン
6	水	朝	ご飯	厚焼き玉子	ひき肉納豆	みそ汁	-
		昼	パン	白身魚のレモンソース	大根サラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	サーモンチーズフライ	シーザーサラダ	ミネストローネ	ミルクプリン ラズベリーソース
7	木	朝	フレンチトースト	ソーセージソテー	-	野菜スープ	バナナ
		昼	ご飯	鯖の味噌煮	青菜の胡麻和え	すまし汁	牛乳/オレンジ
		夕	ご飯	コロッケ	にんじんサラダ	かきたま汁	アセロラゼリー
8	金	朝	ご飯	厚焼き玉子	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	仙台麩の卵とじ丼		笹かまぼこの磯部揚げ	はっと汁	牛乳
		夕	ご飯	豚のネギ塩炒め	ひじきサラダ	にら玉汁	豆乳プリン
9	土	朝	テイクアウト				
		昼	豚肉のかきたまうどん		揚げ餃子/小松菜とコーンのサラダ	-	小豆プリン
		夕	ご飯	タンダリーチキン	マカロニサラダ	野菜スープ	カップヨーグルト
10	日	朝	ご飯	ウインナーソテー	-	野菜スープ	バナナ
		昼	ハッシュドポーク		コールスローサラダ	-	牛乳/りんご
		夕	ご飯	白身魚のマヨコーン焼き	じゃこサラダ	クリームスープ	-
11	月	朝	ご飯	ベーコンエッグ	じゃがいものそぼろあんかけ	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚の生姜焼き	塩昆布和え	ごまみそ汁	牛乳/キウイフルーツ
		夕	ご飯	鮭のバター照り焼き	シーザーサラダ	野菜スープ	カフェオレプリン
12	火	朝	ご飯	ジャーマンポテト	キャベツのスープ煮	-	ジョア
		昼	ガパオ風炒めご飯		春雨サラダ	ワンタンスープ	牛乳
		夕	ご飯	ホキの揚げおろし煮	ゆかり和え	みそ汁	カスタードプリン
13	水	朝	ご飯	焼き鮭	白滝のきんぴら	みそ汁	-
		昼	ご飯	イカと大豆のかりんと揚げ	青菜のお浸し	みそ汁	牛乳
		夕	青菜とベーコンのクリームパスタ		ミモザサラダ	野菜スープ	ぶどうゼリー
14	木	朝	パン	ハム野菜ソテー	-	野菜スープ	バナナ
		昼	ご飯	和風ポークステーキ	青菜の香味醤油和え	けんちん汁	牛乳
		夕	ご飯	カツオのスパイス揚げ	青菜のナムル	中華風卵スープ	-
15	金	朝	ご飯	鯖の文化干し	信田煮	みそ汁	-
		昼	味噌ラーメン		わかめのナムル	-	牛乳/オレンジ
		夕	ご飯	大根と手羽元のこっくり煮	青菜とベーコンのソテー	みそ汁	みかん寒

※献立は、食材等によって変更する場合がございます。