

平成30年6月献立表（後半）

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
16	土	朝	ご飯	焼き鮭	筑前煮	みそ汁	-
		昼	エビピラフ	スパニッシュオムレツ	カラフルマリネ	野菜スープ	ミルクプリンカラメルソース
		夕	ご飯	厚揚げのオイスター炒め	もやしのナムル	卵スープ	抹茶寒
17	日	朝	ご飯	炒り鶏	青菜とコーンのソテー	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯖の照り焼き	青菜の白和え	みそ汁	りんご
		夕	ご飯	ポークソテー シャリアビンソース	ミモザサラダ	野菜スープ	コーヒーゼリー
18	月	朝	ご飯	納豆	青菜の煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏肉の塩こうじ焼き	青菜ともやしのお浸し	みそ汁	牛乳/夏みかん
		夕	ご飯	豚肉のBBQソース	卵サラダ	みそ汁	はちみつレモンゼリー
19	火	朝	パン	青菜のキッシュ	-	野菜スープ	バナナ
		昼	ご飯	白身魚の西京焼き	にんじんしりしり	すまし汁	牛乳
		夕	ご飯	豚のネギみそ焼き	切り干し大根のナムル	中華スープ	-
20	水	朝	ご飯	肉じゃが	-	みそ汁	ジョア
		昼	イカチリ丼		豆まめマメサラダ	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	鮭のごま照り焼き	青菜の磯部和え	みそ汁	-
21	木	朝	ご飯	切り干し大根入り厚焼き玉子	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	鮭のピザ風焼き	卵サラダ	野菜スープ	牛乳/パイナップル
		夕	ご飯	鶏のから揚げ	塩昆布和え	みそ汁	黒ごまプリン
22	金	朝	ご飯	ハム野菜ソテー	-	野菜スープ	バナナ
		昼	ミートソーススパゲッティ		パリパリサラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	麻婆豆腐	青菜のナムル	中華スープ	タピオカ入りココナッツミルク
23	土	朝	テイクアウト				
		昼	五目炒飯		もやしの胡麻和え	わかめスープ	フルーツヨーグルト
		夕	ご飯	肉野菜炒め	じゃがいものそぼろあんかけ	みそ汁	抹茶プリン
24	日	朝	ご飯	巣ごもり卵	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	ソース焼きそば		-	野菜スープ	オレンジゼリー
		夕	ご飯	白身魚の香味焼き	白滝のきんぴら	みそ汁	ミルクプリン 黄桃ソース
25	月	朝	パン	スクランブルエッグ	青菜とコーンのソテー	野菜スープ	-
		昼	ご飯	かに玉風甘酢あんかけ	じゃこサラダ	中華スープ	牛乳
		夕	ご飯	チキンソテー トマトソース	コールスローサラダ	野菜スープ	クリームチーズゼリー
26	火	朝	ご飯	ソーセージソテー	-	野菜スープ	ジョア
		昼	ご飯	鶏の照り焼き	切り干し大根のナムル	みそ汁	牛乳/バナナ
		夕	ご飯	白身魚のフライ	豆まめマメサラダ	かきたま汁	キウイ
27	水	朝	パン	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
		昼	ご飯	白身魚のパン粉焼き	ごぼうサラダ	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏のネギガーリックソース	青菜とコーンのサラダ	野菜スープ	ミルクティプリン
28	木	朝	ご飯	目玉焼き	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ひじきご飯	白身魚のネギ味噌焼き	キャベツのお浸し	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鯖の味噌煮	青菜の胡麻和え	すまし汁	ブルーベリーミルクプリン
29	金	朝	ご飯	肉じゃが	-	みそ汁	ジョア
		昼	カレーライス		大根サラダ	-	牛乳/りんご
		夕	ご飯	豚肉とキャベツのピリ辛味噌炒め	海藻サラダ	中華風卵スープ	サイダー寒
30	土	朝	ご飯	ハムと野菜のチーズ焼き	青菜とコーンのソテー	野菜スープ	-
		昼	鶏そぼろ丼		切り干し大根のナムル	すまし汁	ブラマンジェ 苺ソース
		夕	ご飯	ホキの味噌マヨ焼き	青菜の和え物	みそ汁	豆乳抹茶プリン

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。