

# 予定献立表

6月1日(土)～6月15日(土)

	朝食	昼食	夕食
1日(土)	ごはん・みそしる あつやきたまご・あつあげ とあおなのいためもの	 ごはん・すましじる ぎゅうにくとくるまふのうまに さといものでんがく・こうはくなます	ごはん・みそしる ごぼういづくね わふうサラダ・くだもの
2日(日)	ごはん・みそしる だいこんとちくわのたまご とじ・ピーナッツあえ	ごはん・スープ とにくとピーマンのいために ポテトサラダ・うめゼリー	 ごはん・すましじる ゆうあんやき ビーフンソテー・くだもの
3日(月)	 ごはん・みそしる やしざかな きりぼしだいこんに	にんじんとこんぶのたきごみごはん みそしる・にくじゃが・つけもの ちんげんさいのいためもの	ごはん・スープ ちゅうかうまに もやしのごまずあえ・しそまき
4日(火)	ごはん・スープ オムレツ ツナサラダ	 なめしごはん・みそしる ぶいのていやき かぼちゃのどぼろに・つけもの	 ごはん・スープ スタミナやき いそべあえ・きんときまめ
5日(水)	ごはん・けんちんじる おんせんたまご あおなのにびたし	ひやしちゅうか ごもくごはん ゼリー	ごはん・スープ・もずくす しろみざかなのソテークリーム ソース・キャベツとやきのりのサラダ
6日(木)	ごはん・みそしる かぶとしんじょのもの なっとう	パン・スープ・のみもの・ゼリー カジキのたまねぎマスタードやき にんじんとレーズンのサラダ	ごはん・すましじる 千キンピカタ・つけもの さつまいものレモンに 
7日(金)	 ごはん・みそしる さばのみそに ミモザサラダ	 パイグウファン・スープ チンゲンサイのおひたし あおいんごゼリー	 ごまごはん・すましじる かれないにつけ・ごもくまめ こまつなとナッツのサラダ
8日(土)	ごはん・みそしる ぜんまいのもの・ほうれん そうえのきベーコンソテー	ごはん・ためきじる・くだもの ぶたにくのおろしに トマトとたまごのいためもの	ごはん・みそしる ちくさやき・れんこんのきんぴら おくらめかぶモロヘイヤあえ
9日(日)	ごはん・みそしる あげなす きんぴらごぼう	ごはん・スープ スモーク千キンふう マカロニサラダ・ゼリー	 ごはん・すましじる さかなのしおこうじやき・キャベツとえびの しおいため・きりぼしだいこんのごまあえ
10日(月)	 ごはん・みそしる やしざかな かんぴょうのもの	 ごはん・すましじる 千キンみそカツ かぶのレモンあえ・うぐいすまめ	ごはん・みそしる・こぶまき さかなのムニエル きゅうりかにかまのすのもの
11日(火)	ごはん・みそしる ウインナーソテー コーンサラダ	ごはん・みそしる ぶたにくとだいずのトマトに ポンずあえ・つけもの	 ごはん・すましじる さばのみそに・カリフラワーの ソテー・きざみこぶのもの
12日(水)	ごはん・みそしる おんせんたまご ひじきのもの	 たまごとうどん コロッケ すのもの	ごはん・スープ・おくらのゆばあえ マーボーはるさめ もやしのちゅうかふうサラダ
13日(木)	ごはん・みそしる おくらなっとう しいしい	 あげパン・のみもの・ピーチゼリー ツナとじゃがいものクリームシチュー にんじんとレーズンのサラダ	ごはん・スープ チンジャオロウスウ ひじきとダイス
14日(金)	ごはん・みそしる たまごとほうれんそうの ソテー・ハムサラダ	 ハヤシライス サツマイモのサラダ デザートムース	ごはん・スープ しろみざかなのちゅうかむし はるさめサラダ・ゼリー
15日(土)	ごはん・みそしる あつやきたまご あおなのたまねぎいため	ごはん・スープ ぶたにくとなすのみそいため ゴーヤサラダ・つけもの	ごはん・みそしる にくだんごのあまずあん いもとこぶのもの・くだもの



おしらせ

6ひる→ひじょうしょくの  
「缶(かん)に入ったパン」をつかいます



しょくじのリクエストは  
えいようしまで♪