

	給食 献立表	6月 1日 (水) 825kcal ごはん ①茄子の味噌炒め ②チンゲン菜と大豆のごま和え ③コロッケ ④いかしゅうまい 汁 中華風コンスープ	6月 2日 (木) 781kcal ごはん ①鯖のごま焼き ②黒酢肉団子 ③キャベツとウインナーのカレーソテー ④もやしのゆかり和え 汁 みそ汁 (里芋・わかめ)	6月 3日 (金) 846kcal ごはん ①豚肉と青じそのバターポン酢炒め ②かにクリームコロッケ ③白菜のおかか和え ④大学芋 汁 たけのこのスープ
6月 6日 (月) 822kcal	6月 7日 (火) 822kcal	6月 8日 (水) 813kcal	6月 9日 (木) 842kcal	6月 10日 (金) 877kcal
ごはん ①豆腐の中華風煮 ②梅じゃこ大根 ③三角春巻き ④じゃがいものマヨソテー 汁 香味スープ	ごはん ①鶏の味噌焼き ②いかの天ぷら ③チンゲン菜のひじきマヨ和え ④パプリカのツナカレー炒め 汁 すまし汁 (ほうれん草・えのき)	ごはん ①焼き鯖のみぞれ煮 ②小松菜のおかか和え ③えびかつ ④じゃこ大豆 汁 もやしのスープ	ごはん ①バーベキューポーク ②青菜の和え物 ③じゃこきんぴら ④しゅうまい 汁 みそ汁 (じゃがいも・油揚げ)	ハヤシライス (ごはん) 冷菜 野菜サラダ デザート あじさいゼリー
6月 13日 (月) 838kcal	6月 14日 (火) 781kcal	6月 15日 (水) 759kcal	6月 16日 (木) 802kcal	6月 17日 (金) 815kcal
ごはん ①豚のオイスター炒め ②えびよせフライ ③ごまひじき和え ④かぼちゃのマヨ焼き 汁 みそ汁 (大根・わかめ)	ごはん ①焼き鶏風 ②切り干し大根の炒め煮 ③キャベツと青菜のツナ和え ④さつまいものごまがらめ 汁 和風野菜スープ	ごはん ①さわらの西京焼き ②更紗和え ③肉団子の照り煮 ④カリカリチーズれんこん 汁 すまし汁	ごはん ①鶏肉のトマトソース煮 ②ほうれん草とベーコンの炒め物 ③メンチカツ ④ツナごま和え 汁 アスパラガスのスープ	ごはん ①豚肉のスタミナ炒め ②アジフライ ③小松菜としらたきの和え物 ④ピリ辛こんにゃく 汁 みそ汁 (なめこ・長ねぎ)
6月 20日 (月)	6月 21日 (火) 828kcal	6月 22日 (水) 816kcal	6月 23日 (木) 760kcal	6月 24日 (金) 799kcal
(代休) 	キーマカレー (ごはん) 冷菜 サラダ  デザート プリン	ごはん ①照り焼きハンバーグ ②ほうれん草のピーナッツ和え ③マカロニチーズ焼き ④ポムピン 汁 野菜スープ	ごはん ①とんかつ ②青梗菜のかに和え ③餃子 ④じゃこピーマン 汁 すまし汁 (麩・えのき)	ごはん ①チキンソテー ②だしまきたまご ③小松菜のごま和え ④さつまいもの甘煮 汁 豆腐のスープ 
6月 27日 (月) 785kcal	6月 28日 (火) 824kcal	6月 29日 (水) 818kcal	6月 30日 (木) 823kcal	
ごはん ①鯖の照り焼き ②竹輪のゆかり揚げ ③かぼちゃ豆腐のあんかけ ④青菜のごま和え 汁 みそ汁 (さつまいも・玉ねぎ)	ごはん ①オムレツ クリームソース ②豆苗とれんこんの和え物 ③ペペロンチーノ ④人参の塩昆布和え 汁 ポトフ風スープ	ごはん ①豆腐のすき焼き風あんかけ ②ピーマンとツナのソテー ③キャベツのなめたけ和え ④ホタテ風味フライ 汁 みそ汁 (小松菜・南瓜)	ごはん ①鶏ごぼう ②切り干し大根の和え物 ③ハムカツ ④きのこのソテー 汁 わかめスープ	

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。