



## 6月の献立



日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	エネルギー
1日 (水)	★にこにこ給食★ 焼きそば	わかめ中華和え 三角春巻 焼きそば ミニステーキ フルーツ	ハム、豚肉	焼きそば、 ご飯、春雨	胡瓜、キャベツ、 玉葱、ニラ	392
2日 (木)	胡麻ささみかつ	カニカマサラダ 焼売 スナップエンドウゆかり和え 小松菜ソテー ごまささみカツ フルーツ フレッシュロール	カニ風味蒲鉾フ レーク、鶏肉、	パン	小松菜、 スナップエンドウ 貝割れ	294
3日 (金)	★にこにこ給食★ ドライカレー	キャベツ和風ドレッシング和え コーンたっぷりフライ ドライカレー フルーツ	シーチキン 鶏挽肉	ご飯、じゃが芋	キャベツ、コーン、 ピーマン、人参	353
6日 (月)	★にこにこ給食★ 🐟イカ揚げ煮	麻婆茄子 花がも煮付 半平煮付 白菜香り and え イカ揚げ煮 ゼリー	がも、半平 イカ、豚肉	ご飯	茄子、白菜、ゼ リー	347
7日 (火)	★にこにこ給食★ 🐔チキングリル	ひじき煮付 ギョーザ 枝豆 野菜炒め チキングリル フルーツ	鶏肉、豆腐	ご飯	ニラ、コーン、 ピーマン、枝豆	315
8日 (水)	★にこにこ給食★ ハンバーグ	金平牛蒡 星形しんじょ フライドポテト ブロッコリー中華炒め ハンバーグ和風ソース フルーツ	すり身、豆乳 鶏挽肉	ご飯、じゃが芋	ブロッコリー、椎茸 南瓜、牛蒡	328
9日 (木)	ペネトマトソースかけ	ほうれん草マヨネーズ和え 揚げ南瓜 ウィナー ペネトマトソースかけ ゆで卵 フルーツ 黒糖ロール	ウィナー、卵	パン	コーン ほうれん草 玉葱、トマト	290
10日 (金)	筍コロッケ	いんげんフレーク煮 竹輪煮付 ミートボール 菜の花ソテー 筍コロッケ フルーツ	シーチキン 竹輪、鶏団子	ご飯、じゃが芋	いんげん、人参、 菜の花、椎茸	354
13日 (月)	🐔チキンカツ	切干大根トマト煮 さつま芋甘露煮 焼売 キャベツブイオン煮 チキンカツ フルーツ	鶏肉	ご飯、さつま芋	切干大根、 ピーマン、 キャベツ、玉葱	357
14日 (火)	中華麺肉味噌かけ	小松菜ナムル チヂミ 中華麺肉味噌かけ なると フルーツ	鶏挽肉、なると 卵	ご飯、中華麺	小松菜、ニラ、 胡瓜、人参	336
15日 (水)	🐟鯖照り焼き	人参しりしり 蒟蒻煮付 ハムステーキ 蓮根煮付 さわら照り焼き ゼリー	ハム、さわら 卵、シーチキン	ご飯	蓮根、わかめ ゼリー	314
16日 (木)	🦐エビフライ	カリフラワーカレー風味煮 スイートコーン 人参グラッセ 青梗菜中華炒め エビフライ フルーツ	エビ	ご飯	カリフラワー、人参 ピーマン、青梗菜	284
17日 (金)	オムレッツデミグラスソース	コールスローサラダ メンチカツ フライドポテト オムレッツデミグラスソース フルーツ	合挽肉	ご飯、じゃが芋	キャベツ、コーン 玉葱、トマト	363
20日 (月)	ほくほくコロッケ	ほうれん草ナムル 蒟蒻煮 お花蒲鉾 チンジャオロース ほくほくコロッケ フルーツ	蒲鉾、豚肉	ご飯、じゃが芋	ほうれん草、筍 ピーマン、人参	362
21日 (火)	🐟イカカレーパン粉焼き	牛蒡サラダ コーン入り半平 ウィナー ブロッコリーソテー イカカレーパン粉焼き フルーツ	すり身、 ロールイカ ウィナー	ご飯	牛蒡、貝割れ とうもろこし ブロッコリー	322
22日 (水)	★にこにこ給食★ 🐔唐揚	ラトウイユ ミニポテト 花がも煮付 菜の花炒め物 鶏唐揚 フルーツ	鶏肉、がも	ご飯、じゃが芋	茄子、ズッキーニ、 菜の花 マッシュルーム	372
23日 (木)	ハンバーグ	枝豆サラダ 大根ブイオン煮 厚焼き玉子 オニオンソテー ハンバーグ ゼリー 食パン	鶏挽肉、豚挽肉 卵	パン	枝豆、人参、大根 玉葱	285
24日 (金)	マカロニグラタン	白菜胡麻和え チキンナゲット マカロニグラタン 蟹蒲鉾 フルーツ	鶏肉、蟹蒲鉾	ご飯、マカロニ	白菜、コーン	314
27日 (月)	★にこにこ給食★ 肉じゃが	青梗菜お浸し 白身フライ 肉じゃが 人参甘煮 フルーツ	白身魚、豚肉	ご飯、じゃが芋	青梗菜、いんげん 椎茸、人参	315
28日 (火)	アメリカンドッグ	人参ドレッシング和え 角揚げ煮付 エビ焼売 蓮根コンソメ煮 アメリカンドッグ フルーツ	角揚げ、エビ、 ウィナー すり身	ご飯	キャベツ、玉葱、 蓮根	385
29日 (水)	自分de天津飯	胡瓜ナムル プチ肉まん 自分 de 天津飯 フルーツ	豚肉、卵、鶏肉	ご飯	胡瓜、コーン グリーンピース 人参	302
30日 (木)	🐟白身魚バジル天ぷら	焼きいも風 ミニステーキ マカロニサラダ キャベツソテー 白身魚バジル天ぷら フルーツ ロールパン	ハム、タラ、	パン、さつま芋 マカロニ	キャベツ、ピーマン	287

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。

(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。