



6月献立表



令和元年5月31日

★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	土	ハッピーターン	炊き込みごはん カリカリ漬け 豚汁 オレンジ	米、人参、薄揚げ、こんにやく、しめじ、醤油、みりん、鰹節 キャベツ、きゅうり、ごま油、塩昆布 玉ねぎ、人参、豚肉、もやし、細ねぎ、味噌、煮干し	ココア サンド	食パン、ココア、 マーガリン、砂糖
2	日					
3	月	ルヴァン	ジャージャー麺 いんげんのごま和え がんも煮 バナナ	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干椎茸、細ねぎ、ごま油、中華味、赤味噌、片栗粉 いんげんまめ、きゅうり、人参、ごま、醤油 がんもどき、醤油、砂糖、鰹節	天かす おにぎり	米、めんつゆ、 天かす
4	火	チーズ	ごはん 揚げ鶏のねぎソース 納豆和え かきたま汁 甘夏柑	米 鶏肉、醤油、酒、片栗粉、油、レタス、細ねぎ、酢、砂糖 納豆、人参、もやし、きゅうり、なめたけ、醤油、砂糖 玉ねぎ、人参、卵、チンゲン菜、トマト、鶏ガラ、醤油、塩	さつま芋 ようかん	さつま芋、寒天、 牛乳、砂糖
5	水	ミレー ビスケット	十穀米 サバの西京焼き レタスサラダ 吸い物 パイナップル	米、十穀米 サバ、味噌、マヨドレ、みりん、砂糖 レタス、サニーレタス、人参、ハム、酢、醤油、砂糖 玉ねぎ、人参、はんぺん、細ねぎ、鰹節、醤油、塩	かしわ もち	上新粉、あんこ、 粕の葉
6	木	バナナ	バターロールパン ポークビーンズ ツナ和え ★カリカリきゅうり グレープフルーツ	ロールパン 大豆、豚肉、玉ねぎ、人参、ケチャップ、コンソメ、片栗粉 キャベツ、人参、コーン、ツナ、マヨドレ きゅうり、ごま油、塩、酢、醤油、ごま、にんにく	お好み 焼き	お好み焼き粉、 もやし、油、ソース、 青のり
7	金	野菜 せんべい	親子丼 キャベツの梅肉和え なめこ汁 バナナ	米、鶏肉、卵、玉ねぎ、人参、細ねぎ、鰹節、醤油、みりん キャベツ、人参、もやし、梅干し、めんつゆ、ミニトマト 玉ねぎ、大根、なめこ、わかめ、薄揚げ、煮干し、味噌	フルーチェ	フルーチェ、牛乳
8	土	ひじき スティック	スパゲティーナボリタン オニオンスープ オレンジ	スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、豚ミンチ、ケチャップ、コンソメ、チーズ 玉ねぎ、人参、コンソメ、パセリ、醤油	わかめ おにぎり	わかめ、 米、ふりかけわかめ
9	日					
10	月	バナナ	ごはん アジの南蛮漬け ナムル 豆腐スープ オレンジ	米 アジ、小麦粉、油、玉ねぎ、人参、パプリカ、酢、醤油、砂糖 もやし、小松菜、豆腐、ごま油、醤油 豆腐、玉ねぎ、しめじ、人参、白みそ、細ねぎ、鶏ガラ	チーズ ポテト	じゃが芋、片栗粉、 チーズ、塩、パセリ
11	火	ごぼう スナック	冷やしうどん ★ちくわの磯辺揚げ ゆかり和え グレープフルーツ	うどん、レタス、コーン、かにかま、鰹節、醤油、みりん ちくわ、天ぷら粉、青のり、油 きゅうり、キャベツ、人参、ササミ、ゆかり	ハニー サンド	食パン、はちみつ、 マーガリン
12	水	チーズ	麦ごはん 厚揚げの卵とじ 春雨サラダ 坦々スープ バナナ	米、麦 厚揚げ、卵、いんげんまめ、鰹節、醤油、砂糖、みりん 春雨、きゅうり、人参、かにかま、マヨドレ 玉ねぎ、人参、もやし、豚ミンチ、ごま、ごま油、鶏ガラ、香味ペースト	★みたらし 団子	団子の粉、醤油、 みりん、片栗粉
13	木	かりんとう	誕生会	♪おたのしみメニュー	♪	
14	金	豆腐 せんべい	食パン 香味チキン ラデッシュサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	食パン 鶏肉、レモン汁、生姜、味噌、ごま油 ラデッシュ、人参、きゅうり、ツナ、酢、醤油、砂糖 玉ねぎ、人参、セロリ、コーン、トマト、コンソメ、醤油、塩	くるくる	ソーセージ、卵、 ホットケーキmix、 ソーセージ、ごま

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
15	土	クラッカー	豚丼 つるつるスープ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、こんにやく、ごぼう、細ねぎ、鰹節、醤油、みりん 春雨、玉ねぎ、人参、えのき、小松菜、中華味、醤油	クッキー ゼリー	クッキー、ゼリー
16	日					
17	月	チーズ	五穀米 マーボー春雨 バンバンジー 揚げじゃが グレープフルーツ	米、五穀米 玉ねぎ、人参、春雨、豚ミンチ、長ねぎ、細ねぎ、ごま油、赤味噌、にんにく、中華味 ササミ、きゅうり、トマト、練りごま、醤油、酢、砂糖 じゃが芋、ベーコン、パセリ、塩		ホットケーキmix、 マーガリン、砂糖、 そら豆、卵
18	火	ハッピー ターン	ハヤシライス チーズサラダ バナナ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ レタス、キャベツ、コーン、人参、チーズ、マヨドレ、枝豆、ミニトマト	ヨーグルト & クラッカー	ヨーグルト、クラッカー
19	水	動物 ビスケット	食パン おさかなフライ カラフルピーマンソテー コーンチャウダー グレープフルーツ	食パン サケ、小麦粉、パン粉、油 ピーマン、パプリカ、ごま油、塩 玉ねぎ、人参、コーン、じゃが芋、クリームコーン、豆乳、シチューの素	★ひじき おにぎり	米、ひじき、人参、 薄揚げ、小松菜、 醤油、砂糖
20	木	オレンジ	味噌ラーメン ★カミカミサラダ ワレットの炒め煮 パイナップル	中華麺、焼き豚、もやし、人参、玉ねぎ、コーン、鶏ガラ、細ねぎ、味噌、ごま油 チンゲン菜、人参、キャベツ、さきいか、ごま、酢、醤油、砂糖 ワレット、豚肉、ごま油、醤油、砂糖、鰹節	ココア スティック	ホットケーキmix、 卵、マーガリン、 ココア、砂糖
21	金	あられ	弁当の日			ゼラチン、シロップ、 生クリーム、豆乳、 砂糖、アラザン
22	土	ビスコ	ごはん ホイコーロー わかめスープ オレンジ	米 キャベツ、豚肉、ピーマン、人参、赤味噌、中華味、ごま油 わかめ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、中華味、醤油、塩	ジャム サンド	食パン、ジャム
23	日					
24	月	一口 ゼリー	ごはん ミートボールのあんかけ トマトときゅうりの塩昆布和え 切干大根きんぴら キウイフルーツ	米、五穀米 ミートボール、玉ねぎ、人参、醤油、酒、みりん、ウスターソース、片栗粉 トマト、きゅうり、塩昆布 切干大根、人参、ちくわ、ごま、鰹節、醤油、砂糖、みりん、ごま油		餃子の皮、チーズ、 玉ねぎ、人参、 コーン、ケチャップ
25	火	卵の花 クッキー	ミートソーススパゲティ クルトンサラダ うずら豆煮 バナナ	スパゲティ、玉ねぎ、人参、豚ミンチ、ケチャップ、コンソメ、片栗粉 レタス、サニーレタス、人参、クルトン、酢、醤油、砂糖 うずら豆、砂糖、塩		マシュマロ おこし
26	水	バナナ	麦ごはん 飛び魚ハンバーグ パプリカピクルス オクラのすまし汁 オレンジ	米、麦 飛び魚、豆腐、玉ねぎ、人参、生姜、卵、パン粉、ケチャップ、サラダ菜 パプリカ、浅漬の素 玉ねぎ、人参、オクラ、えのき、鰹節、醤油、塩	りんご 寒天	りんごジュース、 寒天、黄桃缶
27	木	大豆 スナック	スタミナ丼 ★ネバネバ和え 中華スープ パイナップル	米、豚肉、にんにく、人参、小松菜、のり、ごま油、焼き肉のタレ オクラ、もやし、人参、モロヘイヤ、めかぶ、青じそドレッシング 玉ねぎ、コーン、にら、椎茸、豆腐、中華味、醤油、塩	焼き そば	中華麺、キャベツ、 ソース、天かす、 玉ねぎ、人参
28	金	チーズ	梅ごはん 冷しゃぶ マカロニサラダ なすのみそ汁 グレープフルーツ	米、梅干し、ちりめんじゃこ、ごま 豚肉、レタス、わかめ、大葉、ポン酢 マカロニ、きゅうり、キャベツ、コーン、ベーコン、マヨドレ なす、玉ねぎ、人参、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し	★きな粉 ラスク	食パン、きな粉、 グラニュー糖
29	土	ミレー ビスケット	カレーライス フレンチサラダ バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ レタス、コーン、きゅうり、人参、酢、醤油、砂糖、油	ポン菓子 チーズ	ポン菓子、チーズ

