



# 6月のメニュー



	1日 月	2日 火	3日 水	4日 木	5日 金		
( )内は アレルギー	ごはん 豚のしょうが焼き(小麦) スパゲティサラダ(小麦) みそ汁 りんご缶	ごましおごはん(ごま) さわらのねぎ味噌焼き(ごま) 切干大根の炒め煮(小麦・ごま) すまし汁(小麦・卵・乳) オレンジ	バターロール(小麦・卵・乳) メンチカツ(小麦・卵・乳) 白菜サラダ(えび・かに) 牛乳(乳) ルビーグレープフルーツ	ゆかりごはん 照焼きハンバーグ(小麦・卵・乳) 大根ごまみそ煮(ごま) すまし汁(小麦) キウイフルーツ	ごはん 豚のバーベキューソース炒め にんじんサラダ(ごま) コンソメスープ(小麦) メロン		
使用食材	米、豚肉、玉葱、醤油、スパゲティ、ブロッコリー、人参、じゃが芋、ほうれん草、りんご缶	米、ごま塩、鯖、長葱、鶏肉、油揚げ、人参、切干大根、きぬさや、醤油、小松菜、かまぼこ、オレンジ	パン、ジャム、メンチカツ、しらす干し、白菜、胡瓜、コーン、牛乳、ルビーグレープフルーツ	米、ゆかり、ハンバーグ、醤油、大根、人参、いんげん、ごま、麩、三つ葉、キウイフルーツ	米、豚肉、玉葱、ピーマン、コーン、ツナ、人参、ブロッコリー、ごま、チンゲン菜、キャベツ、コンソメ、メロン		
エネルギー	461kcal	412kcal	372kcal	371kcal	415kcal		
	8日	9日	10日	11日	お楽しみメニュー		
( )内は アレルギー	ゆかりごはん 鶏の南部焼き(小麦・ごま) チンゲン菜ソテー(乳) みそ汁 みかん缶	ごはん ジャージャン豆腐(小麦・ごま・大豆) 三色ごま和え(小麦・ごま) みそ汁 パインアップル	レーズンロール(小麦・卵・乳) 鶏のトマト煮(小麦) コーンサラダ 牛乳(乳) グレープフルーツ	ごましおごはん(ごま) 鶏の唐揚げ甘酢あん(小麦) にんじんのきんぴら(小麦・大豆・ごま) 中華風スープ(小麦) オレンジ	チキンクリームライス(小麦・乳) ジャーマンポテト(小麦・卵・乳) コンソメスープ(小麦) カルピスポンチ(乳)	ふっかきゅうとのつば雨ルそをこうはんで	
使用食材	米、ゆかり、鶏肉、ごま、醤油、ツナ、チンゲン菜、コーン、バター、里芋、きぬさや、みかん缶	米、豚肉、醤油、厚揚げ、ピーマン、筍、干し椎茸、胡瓜、もやし、人参、ごま、玉葱、わかめ、パインアップル	パン、ジャム、鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、トマトホール、コンソメ、キャベツ、コーン、赤ピーマン、牛乳、グレープフルーツ	米、ごま塩、鶏肉、醤油、ピーマン、赤ピーマン、れんこん、しめじ、油揚げ、人参、畑菜、春雨、筍、干し椎茸、オレンジ	米、コンソメ、鶏肉、玉葱、人参、コーン、グリーンピース、マッシュルーム、バター、牛乳、小麦粉、ベーコン、じゃが芋、玉葱、小松菜、マカロニ、みかん缶、りんご缶、黄桃缶、カルピス	にんじんは、おひさまとおなじ、オレンジいろをしていますね。これは、「カロテン」というえいようをたくさんもっているから。カロテンは、おはだやおめめをつよくして、みなさんをきょうきからまもってくれるバリアーなんです。きれいなオレンジいろのにんじんさんは、まいにちのきゅうしょくにもとうじょうしています。みなさんも、にんじんバリアーで、つよいおにいさん、おねえさんになりましょうね!	
エネルギー	352kcal	384kcal	401kcal	404kcal	433kcal		
	15日	16日	17日	18日	19日	★お楽しみメニューについて★ カレーライスのようにクリーム仕立てのルーをチキンライスにかけておめしあがりください。	
( )内は アレルギー	ごはん 鶏肉団子のケチャップ煮(小麦・卵・乳) ごぼうサラダ(枝豆・ごま) みそ汁 黄桃缶	ゆかりごはん マーボー豆腐(小麦・大豆) もやしのナムル(小麦・ごま) 中華コーンスープ オレンジ	デニッシュロール(小麦・卵・乳) カニコロック&エビフライ(小麦・卵・乳・えび・かに) チキンサラダ 牛乳(乳) ルビーグレープフルーツ	ごはん 豚の柳川風(小麦・卵) かぼちゃサラダ(小麦・卵・かに・大豆) みそ汁 パインアップル	ごましおごはん(ごま) さばの竜田揚げ(小麦) キャベツサラダ(卵・乳・小麦・えび・かに・大豆) みそ汁(大豆) メロン	月 火	
使用食材	米、鶏肉団子、玉葱、いんげん、コーン、コンソメ、ごぼう、人参、枝豆、ごま、大根、わかめ、黄桃缶	米、ゆかり、豚ひき肉、玉葱、絹豆腐、万能ねぎ、醤油、もやし、人参、きくらげ、ごま、玉葱、コーン、春雨、オレンジ	パン、カニコロック、エビフライ、鶏肉、大根、人参、牛乳、ルビーグレープフルーツ	米、豚肉、ごぼう、玉葱、椎茸、醤油、卵、きぬさや、南瓜、グリーンピース、魚肉ソーセージ、マヨネーズ、畑菜、長葱、パインアップル	米、ごま塩、鯖、醤油、キャベツ、ハム、胡瓜、かぶ、えのきだけ、メロン	29日 30日	
エネルギー	401kcal	387kcal	367kcal	433kcal	416kcal		
	22日	23日	24日	25日	26日	29日	30日
( )内は アレルギー	のりたまごはん(小麦・卵・乳・ごま) ロールキャベツクリームソース(小麦・卵・乳) 花野菜のサラダ コンソメスープ(小麦) 洋梨缶	ごはん チンジャオロースー風(小麦) 春雨サラダ(小麦・卵・かに・ごま) わかめスープ(小麦) パインアップル	おやつ にんじんケーキ(小麦・卵・乳) もものジョア(乳)	ごはん 鶏のみそチーズ焼き(乳) 小松菜のごま和え(小麦・ごま) すまし汁(小麦) メロン	ごはん カレーライス(小麦・乳・バナナ・ごま) マカロニサラダ(小麦・えび) コンソメスープ(小麦) オレンジ	ゆかりごはん 鮭の照り焼き(小麦) れんこんのみそ炒め(ごま) すまし汁(小麦) 洋梨缶	ごましおごはん(ごま) 肉じゃが(小麦) 切干大根サラダ(えび・かに) みそ汁(大豆) キウイフルーツ
使用食材	米、のりたまふりかけ、ロールキャベツ、マッシュルーム、人参、コーン、グリーンピース、コンソメ、牛乳、クリームシチューの素、生クリーム、バター、カリフラワー、ブロッコリー、ツナ、アーモンド、チンゲン菜、玉葱、洋梨缶	米、牛肉、筍、もやし、ピーマン、オイスターソース、醤油、かにかまぼこ、春雨、胡瓜、トマト、ごま、わかめ、長葱、パインアップル	ホットケーキミックス、卵、牛乳、人参、アーモンド、ピーチジョア	米、鶏肉、チーズ、小松菜、もやし、人参、ごま、醤油、花麩、貝割れ大根、メロン	米、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、カレールー、グリーンピース、マカロニ、ブロッコリー、えび、コンソメ、白菜、椎茸、オレンジ	米、ゆかり、鮭、醤油、れんこん、人参、きぬさや、ごま、小松菜、油揚げ、洋梨缶	米、ごま塩、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、グリーンピース、醤油、切干大根、胡瓜、しらす干し、人参、油揚げ、ほうれん草、キウイフルーツ
エネルギー	381kcal	393kcal	183kcal	350kcal	413kcal	391kcal	407kcal

\* 食材の納品状況に応じ、メニューの一部を変更させていただく場合がございます。

★アレルギーの食材に関するご注意★

原材料に卵・乳・大豆・鶏肉・牛肉・豚肉・青魚・ゼラチンなどを含んでいる可能性があります。