

がつぶん
6月分 きゅうしょくカレンダー

ついでち 1日 げつ (月)	おきしパン 	 カレードリア、スープ ぶどうゼリー	16日 にち か (火)	 ごはん	 マーボー春雨 チンゲンサイともやしの甘酢あえ、いり黒豆
ふつか 2日 か (火)	 ごはん	 いわし天ぷら(小麦)、五目汁 きゅうりの酢のもの	17日 にち すい (水)	 こくとうパン	 鶏肉とかぼちゃのシチュー ミックス海そうのサラダ、オレンジ
みっか 3日 すい (水)	ミニコッペパン 	 チキントマトスパゲッティ(小麦) キャベツのピクルス、棒チーズ(乳)	18日 にち もく (木)	 ごはん	 豚肉のごまみそ焼き、すまし汁 切りほ 切干しだいこんのいため煮
よっか 4日 もく (木)	 ごはん	 肉じゃが、オクラのおかかいため きゅうりの赤じそあえ	19日 にち きん (金)	 ごはん	 ハヤシライス、キャベツとコーンのサラダ りんご缶
いつか 5日 きん (金)	 ごはん	 豚ひき肉とにらのそぼろ 丼、みそ汁 さんどまめのごまあえ	22日 にち げつ (月)	 いちごジャム	 豚肉のレモンじょうゆ焼き、鶏肉とキャベツのスープ うずら豆のグラッセ
ようか 8日 げつ (月)	パンフキンパン 	 えびのチリソース(えび)、中華スープ ミニフィッシュ	23日 にち か (火)	 ごはん	 はっほうさい たまご ◆八宝菜(卵)、あつあげの中華みそだれかけ もやしの中華あえ
ここのか 9日 か (火)	 ごはん	 鶏肉のおろしじょうゆかけ、みそ汁 ツナともやしのいためもの	にじゅうよっか 24日 すい (水)	 こくとうパン	 チキンレバーカツ(小麦)、スープ煮 グリーンアスパラガスとコーンのサラダ
とおか 10日 すい (水)	ミニコッペパン 	 和風焼きそば(小麦)・きざみのり オクラのごま酢あえ、まっ茶大豆	25日 にち もく (木)	 ごはん	 わふう どんぶり 和風カレー 丼、オクラの甘酢あえ わ かん 和なし缶
11日 にち もく (木)	 ごはん	 鶏肉とあつあげの煮もの、牛肉とキャベツのいためもの きゅうりのしょうがづけ	26日 にち きん (金)	 ごはん	 けいにく しお 鶏肉の塩こうじ焼き、みそ汁 さかな 魚ひじきそぼろ
12日 にち きん (金)	 ごはん	 チンジャオニューロウスー 中華みそスープ、えだまめ	29日 にち げつ (月)	 みかんジャム	 いか天ぷら(小麦)、▲フレッシュトマトのスープ煮 キャベツのバジル風味サラダ
15日 にち げつ (月)	 ブルーベリージャム	 サーモンフライ(小麦)、カレースープ キャベツのサラダ	30日 にち か (火)	 ごはん	 ぶたにく うめふう み や 豚肉の梅風味焼き、五目汁 ツナとさんどまめのいためもの

◆は卵除去食、▲はえだまめ・豆乳の除去食があります。 ※予定ですので、かわることがあります。