

がつぶん 6月分のこんだて

6月1日（月）～30日（火）

※予定ですのでかわることがあります。

月

火

水

木

金

1日

- おさつパン
- カレードリア
- スープ
- ぶどうゼリー

ぎゅうにゅう
• 牛乳



2日

- ごはん
- いわし^{てん}天ぷら
- 五目汁^{こちくしる}
- きゅうりの酢^すのもの

ぎゅうにゅう
• 牛乳

3日

- ミニコッパン
- チキントマトスパゲッティ
- キャベツのピクルス
- 棒^{ぼう}チーズ

ぎゅうにゅう
• 牛乳



4日

- ごはん
- 肉^{にく}じゃが
- オクラのおかかいため
- きゅうりの赤^{あか}しそあえ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

5日

- 豚^{ぶた}ひき肉とにらのそぼろ^{どんぶり} 丼
- 牛乳
- みそ汁
- さんどまめのごまあえ

8日

- パンプキンパン
- えびのチリソース
- 中華^{ちゅうか}スープ
- ミニフィッシュ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

9日

- ごはん
- 鶏肉^{けいにく}のおろししょうゆかけ
- みそ汁
- ツナともやしのいためもの

ぎゅうにゅう
• 牛乳

10日

- ミニコッパン
- 和風^{わふう}焼きそば
- オクラのごま酢^すあえ
- まっ茶^{ちやだいす}大豆

ぎゅうにゅう
• 牛乳

11日

- ごはん
- 鶏肉^{けいにく}とあつあげの煮^にもの
- 牛肉^{ぎゅうにく}とキャベツのいためもの
- きゅうりのしょうがづけ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

12日

- ごはん
- チンジャオニューロウ^{ぎゅうにゅう}スー
- 中華^{ちゅうか}みそスープ
- えだまめ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

15日

- コッパン・ブルーベリージャム・牛乳
- サーモンフライ
- カレースープ
- キャベツのサラダ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

16日

- ごはん
- マーボ^{はるさめ}春雨
- チンゲンサイともやしの甘酢^{あます}あえ
- いり黒豆^{くろまめ}

ぎゅうにゅう
• 牛乳

17日

- 黒糖^{こくとう}パン
- 鶏肉^{けいにく}とかぼちゃのシチュー
- ミックス海^{かい}そうのサラダ
- オレンジ

ぎゅうにゅう
• 牛乳



18日

- ごはん
- 豚肉^{ぶたにく}のごまみそ^や焼き
- すまし汁^{じり}
- 切干^{きりぼ}しだいこんのいため煮^に

ぎゅうにゅう
• 牛乳

19日

- ハヤシライス
- 牛乳
- キャベツとコーンのサラダ
- りんご^{りんご}缶



22日

- コッパン・いちごジャム・牛乳
- 豚肉^{ぶたにく}のレモンしょうゆ^や焼き
- 鶏肉^{けいにく}とキャベツのスー
- うずら^{まめ}豆のグラッセ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

23日

- ごはん
- 八宝菜^{はつほうさい}
- あつあげの中華^{ちゅうか}みそだれかけ
- もやしの中華^{ちゅうか}あえ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

24日

- 黒糖^{こくとう}パン
- チキンレバーカツ
- スー
- グリーンアスパラガスとコーンのサラダ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

25日

- 和風^{わふう}カレー 丼^{どんぶり}
- 牛乳
- オクラの甘酢^{あます}あえ
- 和^わなし缶^{かん}



26日

- ごはん
- 鶏肉^{けいにく}の塩^{しお}こうじ^や焼き
- みそ汁
- 魚^{さかな}ひじきそぼろ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

29日

- コッパン・みかんジャム・牛乳
- いか^{てん}天ぷら
- フレッシュトマトのスー^に煮
- キャベツのバジル^{ひょうみ}風味サラダ

ぎゅうにゅう
• 牛乳

30日

- ごはん
- 豚肉^{ぶたにく}の梅^{うめ}風味^{ふうみ}焼き
- 五目汁
- ツナとさんどまめのいためもの

ぎゅうにゅう
• 牛乳

