

	2024年 6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)	6月 8日(土)	6月 9日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆もやしニラ炒め(学) もやし にんじん にら ツナ ごま油 顆粒中華だし こいくちしょうゆ ◆キムチのせ冷奴(学) 絹ごし豆腐 はくさいキムチ 胡瓜 生 しお ごま油 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学 たまねぎ 乾燥わかめ 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆しゃも塩焼き しゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆からし菜炒め(学) からし菜 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆そうめん汁 そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ポークたまご(学) ポークランチョンミート 卵 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆鮭の塩焼き(学) べにざけ 生 食塩 調合油 だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ほうれん草のしらす和え(学) ほうれん草(生) しめじ しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆みそ汁(へちま/ねぎ) へちま 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ(ツナポテトサラダ) コッペパン じゃがいも たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 しお ブラックペッパー ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお ◆コールスローサラダ(学) キャベツ にんじん ホールコーン(缶詰) コールスロードレッシング ◆ミネストローネスープ(学) とまと缶詰 たまねぎ ABCマカロニ はくさい(生) ベーコン トマトジュース 水 顆粒コンソメ しお トマトケチャップ にんにく おろし 粉パセリ 乾 ◆ヨーグルト和え(学) バナナ 生 パインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆魚のホイル焼き(学) 鮭(生) しお こしょう粉 えのきたけ 生 しめじ たまねぎ マーガリン にんにく おろし レモン 全果 生 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆おくらソテー(学) オクラ 果実 生 にんじん ぶなしめじ ゆで ツナ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 調合油 ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学 たまねぎ 乾燥わかめ 合わせ味噌 顆粒和風だし 青ネギ ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆赤魚の煮付け(学) 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん いんげん(冷) ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ひき肉と豆腐のニラ炒め(学) 鶏ミンチ 木綿豆腐 にら にんじん にんにく おろし しょうが おろし 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお ごま油 鷹の爪 ◆ほうれん草としめじのお浸し(学) ほうれん草(冷) しめじ うすくちしょうゆ かつおだし汁 糸カツオ ◆そうめん汁(学) そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆グルクンのネギソースかけ(学) たかご 生 食塩 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 レタス ◆ジャガイモのチーズ炒め じゃがいも たまねぎ いんげん(冷) チキンウィンナー パセリ 葉 生 粉チーズ 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆にゅうめん(学) そうめん・乾 赤かまぼこ カッタわかめ 卵 しお 調合油 葉ねぎ 葉 生 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)ひじき豆おにぎり 米 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお	◆枝豆塩昆布おにぎり(学) 米 むき枝豆 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)/バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
昼	◆みそラーメン(学) 中華麺 ゆで キャベツ 生 もやし にんじん ホールコーン(缶詰) たけのこ(メンマ) 青ネギ チャーシュー 卵 みそラーメンの素 有塩バター ◆揚げぎょうざ&春巻き ぎょうざ 冷凍 春巻き(冷) 調合油 サニーレタス 葉 生 ◆チョコレートサラダ(学) サニーレタス 葉 生 レタス 絹ごし豆腐 ながいも ほぐし鶏 白すりごま きざみどり チョコレートドレッシング(エ) ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆親子丼(学) 米 鶏もも肉 たまねぎ生 にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 みりん 顆粒和風だし 卵 みつば 生 きざみどり ◆胡瓜の酢の物(学) 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カッタわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆赤だし汁(学) なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ 青ネギ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆オムライス(学) 米 鶏もも肉 青ピーマン生 にんじん たまねぎ ホールコーン(缶詰) トマトケチャップ 顆粒コンソメ 卵 しお 調合油 トマトケチャップ ◆(付)ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆生ハムサラダ(学) レタス トマト生 胡瓜 生 生ハム イタリアンドレッシング ◆オニオンスープ(学) たまねぎ生 有塩バター 水 顆粒コンソメ 粉パセリ 乾 ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生	◆ごはん(学) 米 ◆タンダーリーチキン(学) 鶏もも肉 ヨーグルト 全脂無糖 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース はちみつ 食塩 こしょう粉 しょうが おろし にんにく おろし 調合油 ピザ用チーズ ◆牛肉と野菜のかき油炒め(学) 牛肉スライス 清酒 純米酒 しめじ えのきたけ 生 チンゲンサイ 葉 生 食塩 こいくちしょうゆ 顆粒中華だし ごま油 オイスターソース 調合油 ◆中華風冷ややっこ(学) 絹ごし豆腐 長ネギ 胡瓜 生 にんにく おろし しょうが おろし 白すりごま 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 酢 ごま油 きざみどり ◆かきたまうどん汁(学) うどん(冷) 卵 カッタわかめ 青ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	◆タコライス(学) 米 あいびき肉 鶏ミンチ 大豆水煮 たまねぎ生 青ピーマン生 調合油 タコライスソース ピザ用チーズ レタス トマト生 チリソース ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆シルバーサラダ(学) はるさめ 普通はるさめ ローズハム 胡瓜 生 白ごま 乾 卵 にんじん きくらげ 乾 マヨネーズ 全卵型 ◆五目中華スープ(学) 乾しいたけ にんじん 豚コマ スライス 絹ごし豆腐 顆粒中華味 うすくちしょうゆ 片栗粉 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん(学) 米 ◆チキンの照り焼き(学) 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆(付)スパゲッティ スパゲッティ(乾) オリーブ油 こいくちしょうゆ 食塩 ブラックペッパー ◆ゆで卵 卵 しお 調合油 ◆ブロッコリーのカレー炒め(学) ブロッコリー(冷) にんじん チキンウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆人参しりしりー にんじん 卵 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ(弁) ちくわ(20g) スティックチーズ 小麦粉 しょうが 漬物 酢漬 卵 あおのり 食塩 調合油 ◆パインジュース パインアップル 果実飲	◆ごはん(学) 米 ◆梅干し 種ぬきかつお梅 ◆鶏の唐揚げ(学) 鶏もも肉 食塩 ブラックペッパー こいくちしょうゆ しょうが おろし にんにく おろし 小麦粉 卵 調合油 ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆いんげんの炒め(弁) いんげん(冷) にんじん 魚肉ソーセージ 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆小松菜と油揚げのゴマ酢和 こまつな 葉 生 油揚げ ぼん酢しょうゆ 白すりごま ◆ブロッコリーのおかか和え(学) ブロッコリー(冷) めんつゆ ストレート 糸カツオ ごま油
夜	◆補)揚げパン 揚げパン	◆補)小松菜とわかめの鉄分お 米 カッタわかめ 白ごま 乾 小松菜(冷) ごま油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆ザバス(200ml)/バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml
夕	◆ごはん(学) 米 ◆チキンのチーズ照り焼き(学) とりむね(皮なし) こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ピザ用チーズ ◆かんぴょうイリチー(学) かんぴょう 乾 刻み昆布	◆コーンご飯(学) 米 ホールコーン 缶詰 粉パセリ 乾 ◆ビーフシチュー(学) 牛肉スライス 調合油 じゃがいも たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 ビーフシチュー ルウ ◆イカリング&エビフライ(学)	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のおろしポン酢(学) 鶏もも肉 料理酒 しょうが おろし しお 大根おろし(冷) しそ ぼん酢しょうゆ ◆アスパラいかバター炒め アスパラガス(冷) エリンギ 生	◆ごはん(学) 米 ◆ホキの梅みそ焼き(学) ホキ 生 しょうが おろし 清酒 純米酒 合わせ味噌 山海ぶし 砂糖 みりん ながいも こいくちしょうゆ わさび 練り	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーきのこクリーム 鶏むね肉 しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 ホワイトソース 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆麻婆豆腐(学) 木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ 合わせ味噌 乾しいたけ にら にんにく おろし しょうが おろし こいくちしょうゆ 甜麺醬 ごま油	◆ごはん(学) 米 ◆カルシウムUPカレー(学) 鶏もも肉 たまねぎ とまと缶詰 プレーンヨーグルト(400g) 牛乳(大) にんにく おろし しょうが おろし 有塩バター カレールウ しお

	2024年 6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)	6月 8日(土)	6月 9日(日)
タ	豚コマ スライス カステラかまぼこ 乾しいたけ 調合油 たまねぎ グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆大根サラダ(学) だいこん 生 みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆かきたまうどん汁(学) うどん(冷) 卵 カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆フルーツポンチ(学) 白玉団子(冷) バインアップル 缶詰 みかん 缶詰 バナナ 生 サイダー	いかリングフライ(冷) (学) えびフライ フライ用 冷 調合油 たまねぎ ピクルス(刻み) 卵 マヨネーズ 全卵型 ◆サラダ(プロ) ブロッコリー(冷) トマト生 レタス ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生	いか 生 わ 有塩バター こいくちしょうゆ にんにく おろし ◆白菜と小松菜のごまサラダ(学) 生しいたけ 小松菜(冷) にんじん 清酒 純米酒 うすくちしょうゆ トマト生 ごま むき 酢 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 ◆ソーキ汁(学) 豚ソーキ(40g) とうがん にんじん 蒸し昆布 乾しいたけ 顆粒和風だし 料理酒 こいくちしょうゆ しお かつおだし汁 青ネギ ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	きざみのり ◆肉だんごと冬瓜の煮物(学) 鶏だんご(冷) とうがん 生しいたけ 小松菜(冷) にんじん 清酒 純米酒 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし みりん 砂糖 ◆豚しゃぶサラダ(学) レタス 胡瓜 生 みょうが トマト生 豚肉(もも) ごまドレッシング ◆もずく入りキムチスープ(学) もずく 絹ごし豆腐 豚コマ スライス はくさい(生) にんじん たまねぎ しめじ キムチの素 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	粉パセリ 乾 ーム ◆(付)ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆ほうれん草のソテー(学) ほうれんそう(生) しめじ ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆コブサラダ(学) レタス 胡瓜 生 トマト生 ほぐし鶏 卵 コブドレッシング ◆具だくさんコンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ にんじん ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(りんご) りんご生	片栗粉 トウバンジャン ◆はんぺんの揚げないチーズ はんぺん(60g) スライスチーズ ハム(四角) 小麦粉 卵 パン粉 有塩バター ◆豆苗ともやしのナムル(学) 豆苗 もやし にんじん ツナ缶 ごま油 うすくちしょうゆ 酢 砂糖 白ごま 乾 ◆鶏ささみと青菜のスープ春雨 はるさめ 緑豆はるさめ ほぐし鶏 チンゲンサイ 葉 生 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ 料理酒 青ネギ 白ごま 乾 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	・こしょう 白 粉 ) ◆トマトと豚肉のふわふわ卵炒 トマト生 豚コマ スライス 卵 ごま油 顆粒中華だし しお ブラックペッパー ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆くだもの(すもも) すもも 生