



月		火		水		木		金	
新・・・新メニューです。 ● 都合により食材料を変更することがありますので、ご了承ください。								5	夏野菜カレーライス (米・雑穀・豚肉・玉ねぎ・人参・なす・かぼちゃ・トマト・ズッキーニ・じゃが芋・カレールー) 新手作り福神漬け (きゅうり・大根・れんこん) プルーン
8	ごはん 野菜たっぷり夏マーボー (豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・なす・ピーマン・トマト・みそ・片栗粉・ごま油) 酢漬け (きゅうり・かぶ・人参) すまし汁 (なると・かぶの葉・豆苗)	9	冷やしうどん (ゆでうどん・鶏肉・レタス・きゅうり・トマト・もやし・オクラ・人参・卵・わかめ・ごま油) バナナ	10	ごはん ホキのムニエル (ホキ・小麦粉・バター) 五目きんぴら (ごぼう・人参・れんこん・いんげん・つきこんにやく・油揚げ・ごま油) みそ汁(じゃが芋・ほうれん草・ひじき)	11	ごはん ホイコーロー (豚肉・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・みそ・ごま油) かぼちゃサラダ (かぼちゃ・きゅうり・ヨーグルト・マヨネーズ) かきたま汁 (青梗菜・わかめ・卵)	12	ごはん 鶏の塩麴焼き(鶏肉・塩麴)煮浸し (ほうれん草・高野豆腐・白菜・人参・えのき・切干大根) みそ汁 (玉ねぎ・なす)
15	敬老の日	16	ごはん 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん) 酢の物 (きゅうり・わかめ・しらす干し) みそ汁 (油揚げ・青梗菜・切干大根)	17	ごはん 煮魚 (赤魚・しょうが) 炒り豆腐 (豆腐・人参・玉ねぎ・卵・小松菜・干しいたけ・ごま油) みそ汁 (麩・大根・わかめ)	18	スパゲッティツナソース (スパゲッティ・ツナ缶・玉ねぎ・人参・しめじ・トマト缶・ケチャップ) パンバンジーサラダ (鶏肉・レタス・きゅうり・人参・もやし・ひじき・すりごま・ごま油・みそ) コンソメスープ(玉ねぎ・キャベツ・ブロッコリー)	19	ごはん 豚肉となすのみそ炒め (豚肉・なす・玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・みそ・ごま油) さつま芋のレモン煮 (さつま芋・レモン汁) すまし汁 (水菜・えのき・万能ねぎ)
22	ごはん 煮込みハンバーグ (豚ひき肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・ケチャップ) じゃこサラダ (レタス・きゅうり・じゃこ・切干大根・ひじき・ごま油) みそ汁 (豆腐・なめこ・万能ねぎ)	23	秋分の日	24	ごはん タンドリーチキン (鶏肉・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉) 五目煮豆 (大豆水煮・切り昆布・人参・さつま揚げ・つきこんにやく・ごぼう・いんげん・れんこん) みそ汁(えのき・ほうれん草)	25	ごはん さごしの南蛮漬け (さごし・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・片栗粉) ごま和え (小松菜・人参・もやし・すりごま) みそ汁 (なす・長ねぎ・じゃが芋)	26	お弁当の日
29	ロールパン クリームシチュー (鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・じゃが芋・ブロッコリー・牛乳・バター・米粉) グリーンサラダ (レタス・きゅうり・トマト・ごま油)	30	ごはん 中華風卵あんかけ (卵・万能ねぎ・片栗粉・ごま油) おひたし (ほうれん草・えのき・人参・かつお節) みそ汁 (油揚げ・玉ねぎ・キャベツ)	★園でとれた野菜を給食に出しました★ なす・・・6/10 みそ汁 ラディッシュ・・・6/25 酢の物、6/30 じゃこサラダ バジル・・・7/8 ラタトゥイユ きゅうり・・・7/8 卵サラダ 青じそ・・・7/11 みそ汁					