

令和6年6月

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
豚肉ごぼうの卵とじ 青菜のおかか和え じゃがいもの煮物 バナナ	カミカミご飯 ささみスティックフライ 納豆マヨサラダ わかめの味噌汁 オレンジ	ご飯 肉じゃが 磯香和え なめこ汁 バナナ	ご飯 カレイのレモン焼き おからサラダ そうめん汁 オレンジ	パン 鶏肉のオーロラソース焼き 小松菜のソテー かぼちゃのスープ バナナ
チーズドーナツ 牛乳	ごまじゃこクッキー 牛乳	お豆腐のガトーショコラ 牛乳	あべかわマカロニ 牛乳	牛乳寒天 抹茶ケーキ・お茶
				
10	11	12	13	14
梅ご飯 豚肉の生姜焼き キャベツのごま和え ニラの味噌汁 バナナ	ご飯 さばの味噌煮 チキンサラダ 中華風スープ オレンジ	たらこと大葉の混ぜご飯 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 野菜スープ ぶどう	ご飯 マーボー春雨 きゅうりのおかか和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	パン 焼きそば かぼちゃのオープン焼き 青菜のすまし汁 バナナ
ストーンクッキー 牛乳	チーズの蒸しパン 牛乳	あじさいゼリー・牛乳 人参スティッククッキー	カルシウムトースト 牛乳	ゆかり昆布おにぎり お茶
				
17	18	19	20	21
ご飯 豚つくねのケチャップ煮 根菜サラダ コーンスープ バナナ	菜飯 鮭のカリッとフライ風 青菜のきのこ和え じゃがいもの味噌汁 オレンジ	パン 鶏肉の玉ねぎソース焼き 切干マヨサラダ 豆乳汁 バナナ	ご飯 飛び魚の竜田揚げ スバゲティーサラダ トマトと卵の味噌汁 オレンジ	カレーライス ゆかり和え 高野豆腐の煮物 ぶどう
レーズン蒸しパン 牛乳	お好み焼き 牛乳	わかめとごまのおにぎり お茶	ミルクくずもち 飲むヨーグルト	かぼちゃの手作りパン 牛乳
				
24	25	26	27	28
そばろご飯 ししゃものパン粉焼き (ひよこ・りす…カレイ) きゅうりの酢の物 麩の味噌汁・バナナ	ご飯 鱈の味噌マヨ焼き レタスの中華和え きのこのすまし汁 オレンジ	パン 豚肉の塩こうじ焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ バナナ	手作りふりかけご飯 厚揚げの肉味噌チーズ焼き もやしの中華風酢の物 青菜の味噌汁 ぶどう	弁当の日
チヂミ 牛乳	パインのヨーグルトスコーン 牛乳	米粉のマーメイドケーキ 牛乳	フルーツゼリー・牛乳 麩の黒ゴマラスク	たぬきおにぎり お茶
				