

# 平成28年 6月 献立予定表

今月のテーマ：新緑の大自然がいっぱいの妙高へ！

No.1

		1日、7日、13日、19日、25日	2日、8日、14日、20日、26日	3日、9日、15日、21日、27日	
朝食	主食	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	
	玉子料理	スターオムレツ	厚焼玉子	ミニトマトオムレツ	
	肉料理・揚げ物	シューマイ	ウインナー	コロケ	
	魚料理・炒め物	焼き魚	ししゃもフライ	焼き魚	
	煮物	一口高野豆腐煮	煮豆	筑前煮	
	サラダ	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	
	デザート	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト	
	飲み物	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	
その他	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆		
昼食	主食	竹の子ごはん カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 醤油ラーメン うどん	そばろあんかけ丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 冷やし味噌ラーメン そば	カツ丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 塩コーンラーメン うどん	
	肉料理・揚げ物	コロケ	イカリングフライ	ミートボール	
	魚料理			焼き魚	
	煮物・炒め物	厚揚げそばろあんかけ 玉こんにゃく煮 大根夕顔煮	ハートオムレツ 三色信田煮 和え物	かつお姫竹煮 ぜんまい煮	
	サラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② スパゲッティーサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② ポテトサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② マカロニサラダ	
	デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	
	飲み物	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	
	その他	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬	
	夕食	主食	ご飯 和風カレーラーメン	ご飯 ワンタンメン	ご飯 白湯ラーメン
		肉料理・揚げ物	ポテトフライ ササミチーズカツ 豚肉さっぱり和え	ポテトフライ エビカツ ハンバーグ	ポテトフライ とんかつ 牛肉野菜炒め
魚料理		サーモングリル		わかさぎズッキーニマリネ	
煮物・炒め物		豆昆布 マーボー豆腐	春雨和え ひじき煮 にらトマトスープ煮	ごぼう天煮 ビーフシチュー	
サラダ		焼そば 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	ペペロンチーノ 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	ナポリタンスパゲッティー 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	
飲み物		フルーツ	フルーツ	フルーツ	
飲み物		みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	
その他		漬け物	漬け物	漬け物	

\* メニューによっては、仕入れの都合により、一部変更になる場合がありますが、ご了承ください。

\* 7大アレルギーの表示はしていませんが、アレルギー対応につきましてはご連絡ください。

\* 赤色のメニューは、おすすめ料理です。

\* オレンジ色のメニューは、旬の食材を使用しています。

\* 青色のメニューは、郷土料理です。

# 平成28年 6月 献立予定表

今月のテーマ：新緑の大自然がいっぱいの妙高へ！

No.2

		4日、10日、16日、22日、28日	5日、11日、17日、23日、29日	6日、12日、18日、24日、30日
朝食	主食	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク
	玉子料理	スクランブルエッグ	ミートオムレツ	ミニふんわりオムレツ
	肉料理・揚げ物	春巻き	ミニ野菜コロッケ	メンチカツ
	魚料理・炒め物	焼き魚	お魚厚揚げ煮	焼き魚
	煮物	一口高野豆腐煮	煮豆	筑前煮
	サラダ	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)
	デザート	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	汁もの	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	飲み物	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	
昼食	主食	華麗舞チャーハン カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 醤油ラーメン そば	ちらし寿司 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 冷やし味噌ラーメン うどん	親子丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 塩コーンラーメン そば
	肉料理・揚げ物	メンチカツ	れんこん肉詰めフライ 肉じゃが煮	
	魚料理			魚フライ
	煮物・炒め物	野菜炒め かぼちゃグリーンピースソース 大根夕顔煮 ミニ豆腐	ミニ笹かま 和え物 ミニ豆腐	トマトマカロニグラタン ぜんまい煮 がんも田楽 ミニ豆腐
	サラダ	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② スパゲッティーサラダ	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② ポテトサラダ	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② マカロニサラダ
	デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ
	汁もの	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	飲み物	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
	その他	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬
	夕食	主食	ご飯 和風カレーラーメン	ご飯 ワンタンメン
肉料理・揚げ物		ポテトフライ チキングリル照り焼きソース	ポテトフライ ハンバーグ コロッケ	ポテトフライ チキンナゲット ミートボール
魚料理		サーモンフライ おからクリーミーサラダ	とちお揚げグリル梅ソース	にしん昆布巻
煮物・炒め物		豆昆布 八宝菜 焼そば	ひじき煮 かぼちゃイエローシチュー ペペロンチーノ	ごぼう天煮 のっぺ煮 ナポリダンスパゲッティー
サラダ		5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②
汁もの		フルーツ	フルーツ	フルーツ
飲み物		みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他		漬け物	漬け物	漬け物

\* メニューによっては、仕入れの都合により、一部変更になる場合がありますが、ご了承ください。

\* 7大アレルギーの表示はしていませんが、アレルギー対応につきましてはご連絡ください。

\*      赤色のメニューは、おすすめ料理です。

\*      オレンジ色のメニューは、旬の食材を使用しています。

\*      青色のメニューは、郷土料理です。