

# 平成30年 6月 献立予定表

今月のテーマ：緑がいっぱい～新緑の妙高～

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	チキントマトオムレツ	スクランブルエッグ	ミートオムレツ
	肉料理・揚げ物	ミニ牛肉コロッケ	シューマイ	ウインナー
	魚料理・炒め物	さんま塩焼き	しそ昆布	あじ塩焼き
	煮物	がんも煮	金平ごぼう	里芋煮
	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	フルーツゼリー	フルーツゼリー	フルーツゼリー
	飲み物	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー 梅干 味付けのり 納豆	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー 梅干 味付けのり 納豆	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー 梅干 味付けのり 納豆
昼食	主食	デミ豚丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) ワンタンメン うどん グラタンフライ ロールキャベツ	華麗舞レタスチャーハン カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 冷やし塩ラーメン そば コロッケ	カツ丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 味噌メンマラーメン うどん 蓮根の肉詰めフライ
	肉料理・揚げ物			
	魚料理		にしんの昆布巻き	さんまのピリ辛マリネ
	煮物・炒め物	大根煮 または 田作り 黒花豆	ほうれん草エッグ もやしナムル	竹の子煮 刻み昆布煮
	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 和風かき玉ラーメン	ご飯 白湯ラーメン	ご飯 カレーラーメン
	肉料理・揚げ物	ポテトフライ ささみチーズカツ	ポテトフライ 白身魚フライ ハンバーグ	ポテトフライ エビカツ チキングリルかんずり味噌あん
	魚料理	わかさぎのレモンエスカベッシュ イエローシチュー	どちお油揚げ	ビーフシチュー
	煮物・炒め物	高野豆腐あんかけ チンジャーローズ 焼きそば	車麩煮 のっぺ煮	ぜんまい煮 おからクリームサラダ
	サラダ	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② フルーツ	ナポリタンスパゲッティ 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② フルーツ	ガーリック醤油スパゲッティ 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② 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30年 6月 献立予定表

今月のテーマ：緑がいっぱい～新緑の妙高～

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	ミニふんわりオムレツ	ハートオムレツ	厚焼玉子
	肉料理・揚げ物	コロッケ	春巻き	ミニ野菜コロッケ
	魚料理・炒め物	さわら西京焼きorブリ照り焼き	しそ昆布	さば塩焼き
	煮物物	がんも煮	ごぼう天煮	里芋煮
	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	フルーツゼリー	フルーツゼリー	フルーツゼリー
	汁もの	みそ汁 牛乳	みそ汁 牛乳	みそ汁 牛乳
	飲み物	ジュース ウーロン茶 コーヒー	ジュース ウーロン茶 コーヒー	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	ランチ 主食	お好み焼き飯 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) ワンタンメン ざるそば	鶏卵丼 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	竹の子ごはん カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 味噌メンマラーメン そば
	肉料理・揚げ物	野菜の天ぷら	アジフライ シューマイのケチャップあん	メンチカツ
	魚料理			ししゃもグリル
	煮物・炒め物	グラタン 春雨炒め 大根煮 ミニ豆腐	黒花豆 もやしのナムル	かぼちゃのあんかけ 刻み昆布煮
	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	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
	汁もの	みそ汁 牛乳	みそ汁 牛乳	みそ汁 牛乳
	飲み物	ジュース ウーロン茶 コーヒー	ジュース ウーロン茶 コーヒー	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 和風かき玉ラーメン	ご飯 白湯ラーメン
肉料理・揚げ物		ポテトフライ トンカツ 豚肉黒ゴマクリーム和え	ポテトフライ コロッケ ハンバーグ	ポテトフライ ハムカツ ミートボール
魚料理		鮭トマトソースグリル		
煮物・炒め物		高野豆腐あんかけ にら卵スープ煮	金平ごぼう 車麩煮 華麗舞ドリア	和え物 ぜんまい煮 肉豆腐
サラダ		焼きそば 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② フルーツ	ナポリタンスパゲッティ 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② フルーツ	ガーリック醤油スパゲッティ 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② フルーツ
汁もの		みそ汁	みそ汁	みそ汁
飲み物		ジュース ウーロン茶 コーヒー	ジュース ウーロン茶 コーヒー	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。