



令和8年 6月分

第二和光園

	献立名	材料名				おやつ
		力や熱になる	からだをつくる	体の調子を整える	調味料	
16 (火)	麻婆丼 キャベツとコーンのサラダ パイナップル缶	米、砂糖、ごま油 砂糖、ごま、マヨネーズ	豚ミンチ、ソフト豆腐 ハム	人参、玉ねぎ、しいたけ、生姜、青ねぎ キャベツ、きゅうり、コーン パイナップル缶	醤油、みりん 酢、醤油	手作りレーズンパン スキムミルク
		小麦粉、砂糖、無塩バター	牛乳、スキムミルク	干しぶどう	ドライイースト、塩	
17 (水)	ご飯 スタミナソテー 梅和え 味噌汁	米 油 砂糖	豚肉 わかめ、味噌	玉ねぎ、ピーマン、人参、生姜、にんにく きゅうり、もやし、梅干し 白菜、えのき、青ねぎ	酒、醤油 醤油	きなこマカロニ 牛乳
		マカロニ、砂糖	きなこ、牛乳		塩	
18 (木)	ご飯 ホイコーロー 中華スープ バナナ	米 砂糖、油	豚肉	キャベツ、ピーマン、白葱、生姜 チンゲンサイ、人参、玉ねぎ、しめじ バナナ	テンメンジャン、酒、醤油、塩 ガラスープ、醤油、みりん	コーンフレークおこし スキムミルク
		コーンフレーク、マーガリン、マシュマロ	スキムミルク			
19 (金)	焼きそば カラフルサラダ 味噌汁	中華そば、油 砂糖、ごま、ごま油 麩	豚肉 ツナ水煮 うすあげ、味噌	人参、玉ねぎ、キャベツ、もやし、ピーマン ブロッコリー、パプリカ 青ねぎ	焼きそばソース 酢、醤油	シュガートースト 牛乳
		食パン、バター、マーガリン、砂糖	牛乳			
20(土)	豚肉のすき焼き風丼 味噌汁	米、砂糖 麩	豚肉、焼き豆腐 わかめ、味噌	人参、白菜、白葱、えのき、糸こんにゃく	醤油、みりん	おかし お茶
22 (月)	ご飯 鯖の照り焼き はりはり漬け 味噌汁	米 砂糖 砂糖、ごま	鯖 味噌	切り干し大根、人参、小松菜 白菜、玉ねぎ、青ねぎ	醤油、酒、みりん 酢、醤油	いももち 牛乳
		じゃがいも、片栗粉、砂糖、油	牛乳		醤油	
23 (火)	ガパオ風混ぜご飯 ブロッコリーのサラダ 味噌汁	米、油、砂糖 マヨネーズ	鶏肉 ツナ水煮 ソフト豆腐、わかめ、味噌	人参、玉ねぎ、ピーマン、コーン ブロッコリー、人参 玉ねぎ、青ねぎ	ガラスープ、ケチャップ、 ウスターソース、醤油 塩	〈お誕生日会〉 南瓜豆乳ケーキ 牛乳
		小麦粉、砂糖、油	豆乳、豆乳ホイップ、牛乳	南瓜	ベーキングパウダー	
24 (水)	ご飯 鶏のパンバンジー焼き 春雨サラダ 味噌汁	米 砂糖、ごま、ごま油 緑豆春雨、砂糖 里芋	鶏肉 うすあげ、味噌	生姜 人参、きゅうり、コーン しめじ、青ねぎ	醤油、酢 酢、醤油	ココアあんまん 牛乳
		小麦粉、砂糖、油	豆乳、こしあん、牛乳		ココア、ベーキングパウダー、塩	
25 (木)	ご飯 肉じゃが もやしとカニカマの酢の物 味噌汁	米 じゃがいも、砂糖、油 砂糖	豚肉 かにかまぼこ 味噌	人参、玉ねぎ、グリーンピース、糸こんにゃく もやし、パプリカ 大根、えのき、青ねぎ	醤油、酒、みりん 酢、塩	黒胡麻きなこ クリームサンド スキムミルク
		食パン、砂糖、黒ごま	きなこ、豆乳ホイップ、スキムミルク			
26 (金)	カレーうどん コールスローサラダ バナナ	うどん、砂糖、片栗粉 砂糖、マヨネーズ	鶏肉、うすあげ ハム	人参、玉ねぎ、青ねぎ キャベツ、人参、コーン バナナ	醤油、カレー粉、塩 酢	塩昆布と梅の おにぎり 牛乳
		米、ごま	塩昆布、牛乳	梅干し		
27(土)	厚揚げのそぼろ丼 味噌汁	米、砂糖、ごま油	鶏ミンチ、厚揚げ、味噌 味噌	人参、キャベツ、生姜 大根、えのき	醤油	おかし お茶
29 (月)	ご飯 焼肉 パンサンスー 味噌汁	米 緑豆春雨、砂糖、ごま油	豚肉 卵、ハム うすあげ、味噌	玉ねぎ、パプリカ、生姜 人参、きゅうり 大根、えのき、青ねぎ	醤油、酒、みりん 酢、醤油	たまごサブレ バナナ 牛乳
		小麦粉、砂糖、無塩バター	卵、牛乳	バナナ	ベーキングパウダー	
30 (火)	カレーライス ひじきのサラダ オレンジ	米、じゃがいも、油 ごま油、マヨネーズ	鶏肉 ひじき、ツナ水煮	人参、玉ねぎ 人参、きゅうり、コーン オレンジ	カレールー 醤油	ベーコンとチーズの パンケーキ スキムミルク
		ホットケーキ粉	チーズ、ベーコン、卵、 牛乳、スキムミルク			

※仕入れの都合により、変更することがあります。

