



親こっ子プラス 6月の献立表



| 日 | 曜日 | ランチ | 食材 |
|----|----|------------------------------------|--|
| 1 | 木 | 釜玉うどん・いなり寿司・果物 | うどん・うずらの卵・海苔・しょうが・ネギ・りごま・油揚げ・ご飯・果物 |
| 2 | 金 | お楽しみメニュー♪(パン食) | +.*ルン♪d(d'▽')(▽'b)blん♪'+.* |
| 5 | 月 | 鶏の照り焼き・かぶの塩昆布和え・味噌汁・ご飯・果物 | 鶏もも肉・長ネギ・かぶ・きゅうり・塩昆布・果物 |
| 6 | 火 | 酢豚・もやしとハムの中華サラダ・卵スープ・ご飯・果物 | 豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・パイン缶・もやし・ハム・わかめ・卵・胡麻・果物 |
| 7 | 水 | 鮭コロッケ・コールスローサラダ・味噌汁・ご飯・果物 | ジャガイモ・鮭・パン粉・卵・キャベツ・ハム・コーン・果物 |
| 8 | 木 | カレーライス・トマトのマリネ・フルーツヨーグルト | 豚肉・玉ねぎ・人参・ジャガイモ・カレー粉・トマト・ヨーグルト・バナナ・林檎 |
| 9 | 金 | お楽しみメニュー♪(麺食) | +.*ルン♪d(d'▽')(▽'b)blん♪'+.* |
| 12 | 月 | 豆腐のハンバーグ・きんぴらごぼう・ご飯・味噌汁・果物 | 豆腐・豚挽肉・シメジ・生姜・人参・ごぼう・ご飯・わかめ・ネギ・えのき・果物 |
| 13 | 火 | 回鍋肉・春雨サラダ・お味噌汁・ご飯・果物 | 豚肉・人参・キャベツ・コーン・春雨・きゅうり・ハム・果物 |
| 14 | 水 | 白身魚の甘口チリソース・青梗菜のソテー・豆腐スープ・ご飯 | 白身魚・玉ねぎ・青梗菜・ハム・豆腐・果物 |
| 15 | 木 | チキン南蛮・きゅうりの胡麻酢和え・わかめスープ・ご飯・果物 | 鶏胸肉・卵・玉ねぎ・きゅうり・わかめ・果物 |
| 16 | 金 | お楽しみメニュー♪(パン食) | +.*ルン♪d(d'▽')(▽'b)blん♪'+.* |
| 19 | 月 | ふんわり鶏がんも・さつまいもの甘煮・味噌汁・ご飯・フルーツヨーグルト | 鶏ひき肉・豆腐・ひじき・にんじん・さつまいも・ご飯・果物 |
| 20 | 火 | 春巻き・野菜のピクルス・わかめスープ・ご飯・果物 | 春巻きの皮・豚ひき肉・タケノコ水煮・人参・きゅうり・わかめ・果物 |
| 21 | 水 | 白身魚のピカタ・ポテトサラダ・ポトフ・ご飯・果物 | 白身魚・卵・じゃがいも・きゅうり・ハム・キャベツ・人参・ソーセージ・果物 |
| 22 | 木 | ハンバーグ・ブロッコリーサラダ・パンプキンポタージュ・ご飯・果物 | 合挽き肉・玉ねぎ・パン粉・卵・ブロッコリー・南瓜・牛乳・果物 |
| 23 | 金 | お楽しみメニュー♪(麺食) | +.*ルン♪d(d'▽')(▽'b)blん♪'+.* |
| 26 | 月 | 肉じゃが・三食なます・味噌汁・ご飯・果物 | 牛肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・大根・きゅうり・白ごま・果物 |
| 27 | 火 | マーボー豆腐・ナムル・卵スープ・ご飯・果物 | 豆腐・豚挽肉・長ネギ・もやし・人参・ホウレンソウ・卵・果物 |
| 28 | 水 | 白身魚フライ・スナップエンドウの胡麻和え・ヴィシソワーズ・ご飯・果物 | 白身魚・スナップエンドウ・じゃがいも・玉ねぎ・牛乳・果物 |
| 29 | 木 | 冷やしきつねうどん・かぼちゃの甘煮・おにぎり・果物 | うどん・油揚げ・干し椎茸・青ネギ・かまぼこ・南瓜・果物 |
| 30 | 金 | お楽しみメニュー♪(パン食) | +.*ルン♪d(d'▽')(▽'b)blん♪'+.* |

★土日祝日の給食はありません。ご家庭からご持参下さい。

※金曜日は麺・パン食になりますのでご飯は要りません。(月～木曜日はご飯持参です。)

なお、ランチのご飯はタッパーではなくラップに包んで記名の上ご持参下さい。

※平日から土日祝日に予約が変更になった場合の返金はございません。

※個人用のタッパー・スプーンフォークセットの記名が無かったり、薄くなっている物は返し間違いの原因になりますので、今一度確認してください。