

6月献立予定表

	🍷 (日)	🍷 (月)	🍷 (火)	🍷 (水)	🍷 (木)	🍷 (金)	6月1日 (土)
昼							ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ 卵炒め 青菜の辛し和え
夕							ご飯・かき玉汁 マーボー豆腐 根菜のカレー煮 わかめのショウガ醤油和え

	6月2日 (日)	6月3日 (月)	6月4日 (火)	6月5日 (水)	6月6日 (木)	6月7日 (金)	6月8日 (土)
昼	ご飯・すまし汁 からあげ ひじき煮 卵サラダ	ご飯・味噌汁 豚肉の中華炒め 塩昆布和え 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 チーズハンバーグ 大豆とベーコンのポトフ風 オレンジ	ご飯・味噌汁 メンチカツ フレンチサラダ さつまあげの炒め煮	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き いんげんのごま和え 里芋のそぼろ煮	ご飯・味噌汁 鶏肉照り焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 さわらの西京焼き 大根とさつま揚げの煮物 卵寒天
夕	ご飯・味噌汁 ホッケの塩焼き 小松菜のエビ炒め きゅうりと山芋のサラダ	ご飯・すまし汁 鱈の煮つけ ジャーマンかぼちゃ アスパラの和え物	ご飯・味噌汁 白身フライ 青菜の煮浸し ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬け焼き ごま豆腐 だし巻き卵	ご飯・すまし汁 豚玉煮 オクラのお浸し 白菜と切り昆布の炒り煮	ご飯・すまし汁 白身魚の野菜黒酢あん 切干大根煮 菜の花の白和え(コーン入り)	ご飯・味噌汁 チキンカツ マーボー春雨 煮豆

	6月9日 (日)	6月10日 (月)	6月11日 (火)	6月12日 (水)	6月13日 (木)	6月14日 (金)	6月15日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 八宝菜 ツナ和え 果物(マンゴー)	ご飯・味噌汁 さばのからあげ キャベツの煮浸し 蒸し卵	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き マーボー南瓜 イカと枝豆の炒め物	ご飯・味噌汁 豚肉と青菜の卵炒め なすのじゃこサラダ 切干大根のコンソメ煮	ご飯・すまし汁 かれいの漬け焼き けんちん炒め バナナ	ご飯・味噌汁 チンジャオロースー マカロニサラダ 青菜の磯和え	ご飯・味噌汁 クリームコロッケ 白菜とベーコンの旨煮 しゅうまい
夕	ご飯・かき玉汁 コロッケ ぜんまいの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き 青菜とツナのサラダ すき昆布煮	ご飯・味噌汁 酢豚 きゅうりと竹輪の辛子マヨ 冷ややっこ	ご飯・味噌汁 白身フライ けんちん炒め 鶏五目豆	ご飯・すまし汁 鶏の塩麹焼き 春雨サラダ カブの煮物	ご飯・味噌汁 ほきの野菜あんかけ 三角いなりの煮物 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・スープ 鶏ときのこのトマト煮 卵サラダ 花野菜のおかか和え

	6月16日 (日)	6月17日 (月)	6月18日 (火)	6月19日 (水)	6月20日 (木)	6月21日 (金)	6月22日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 ぶりの照り焼き いんげんとツナの和え物 ひじき炒り煮	ご飯・味噌汁 うどん(かにたま) ナムル リンゴ缶	ご飯・味噌汁 メンチカツ キャベツと竹輪の炒め物 トマトサラダ	ご飯・味噌汁 焼き鮭 卵炒め 青菜と菊のくるみ和え	ご飯・かきたま汁 ホイコーロー 焼きなす 焼売	ご飯・スープ 鶏の和風野菜あん 金平ごぼう ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き ニラともやしの梅和え 根菜のカレー煮
夕	ご飯・味噌汁 肉団子 キャベツのサラダ 厚焼き玉子	ご飯・味噌汁 イカ野菜カツ ふきと皮揚げの炒め煮 さつまいもサラダ	ご飯・味噌汁 たら煮付け 揚げ茄子 いんげんサラダ	ご飯・味噌汁 肉じゃが オクラのなめたけ和え 枝豆そぼろ	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き 海鮮チャブチェ ニラ玉	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 チャンプルー風 南瓜そぼろあんかけ	ご飯・すまし汁 チーズコロッケ 青菜の煮びたし オクラ山芋

	6月23日 (日)	6月24日 (月)	6月25日 (火)	6月26日 (水)	6月27日 (木)	6月28日 (金)	6月29日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 おろしハンバーグ リャンパンサンスー 果物缶	ご飯・すまし汁 とんかつ ほうれん草のお浸し パンプキンサラダ	ご飯・味噌汁 鰯の生姜焼き 五目和え 果物	ご飯・味噌汁 牛肉コロッケ 葉野菜とイカの炒め物 蒸卵	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 筑前煮 チンゲン菜の胡麻酢和え	ご飯・スープ 夏野菜カレー キャベツのこくみ and え バナナ	ご飯・味噌汁 ハムカツ 青昆布煮 ごぼうサラダ
夕	ご飯・味噌汁 赤魚の煮つけ 春雨サラダ 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 鶏の塩麹焼き 厚焼き玉子 きゅうりなます	ご飯・味噌汁 エビフライ 根菜のコンソメ煮 ごまきゅうり	ご飯・味噌汁 豚肉となすの炒め物 キャベツの卸和え 大学芋風	ご飯・味噌汁 春巻き じゃが芋のトマト煮 鶏と切り干しのポン酢和え	ご飯・味噌汁 豚肉のガーリック炒め 大根サラダ 里芋の煮物	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き 青菜と卵の炒め和え 南瓜の煮物

	6月30日 (日)
昼	ご飯・味噌汁 オムレツ シーフードチャブチェ ブロッコリーサラダ
夕	ご飯・味噌汁 鶏のから揚げ ひじきの炒り煮 オニオンサラダ

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により変更になる場合があります。



庄内まちづくり協同組合 虹
配食センター味彩
TEL:24-0010
FAX:33-8800