



# 6 月 バ イ キ ン グ × ニ ュ ー



	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30		
朝	ごはん 味噌汁 納豆 ロールパン 食パン 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース 秋刀魚の塩焼き ミートオムレツ 竹輪の甘辛煮 蒟蒻のきんぴら ミックスベジタブルのスパサラダ 生野菜(キャベツ) たいみそ フルーツ	梅干 つぼ漬け 青かっぱ漬 イチゴジャム マーガリン コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 味噌汁 納豆 ロールパン 食パン 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース めざし オムレツ ごぼう天の甘辛煮 ひじきの炒り煮 ポテトサラダ 生野菜(キャベツ) たいみそ フルーツ	梅干 つぼ漬け 青かっぱ漬 イチゴジャム マーガリン コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 味噌汁 納豆 ロールパン 食パン 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース ぶりの塩焼き ゆで卵 さつま揚げの煮物 きんぴら牛蒡 スパサラダ 生野菜(キャベツ) のり佃煮 フルーツ	梅干 つぼ漬け 青かっぱ漬 イチゴジャム マーガリン コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 味噌汁 納豆 ロールパン 食パン 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース めざし ミートボール かに風味スクランブルエッグ きんぴら蓮根 春雨サラダ 生野菜(キャベツ) たいみそ フルーツ
昼	ごはん ハヤシ とんこつラーメン 味噌汁 オレンジジュース 野菜ジュース 鯖の塩焼き チキンカツ ひじきと椎茸の煮物 ゴーヤーチャンプル 蒸茄子の冷菜 花野菜のお浸し 生野菜(キャベツ) フルーツ	福神漬け つぼ漬け 青かっぱ漬 牛乳 コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん チキンカレー もやしみそラーメン 味噌汁 オレンジジュース 野菜ジュース ぶりの塩麹焼き ナス肉詰めフライ 大豆の煮物 小松菜と椎茸のソテー 海藻サラダ ごぼうのマヨネーズ和え 生野菜(キャベツ) フルーツ	福神漬け つぼ漬け 青かっぱ漬 牛乳 コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん ハヤシ しおラーメン 味噌汁 オレンジジュース 野菜ジュース 秋刀魚の葱ソースかけ とんかつ 高野豆腐の煮物 いんげんと鶏肉の豆板醤炒め トマトとオクラのサラダ 山菜マヨ和え 生野菜(キャベツ) フルーツ	福神漬け つぼ漬け 青かっぱ漬 牛乳 コーヒー 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん ビーフカレー きつねうどん きつねそば 味噌汁 オレンジジュース 野菜ジュース さわらのおろし醤油かけ 豚肉と干切野菜の炒め物 野菜コロッケ 切干大根のうま煮 南瓜とグリーンピースのサラダ 玉葱のかつお和え 生野菜(キャベツ) フルーツ
夕	ごはん 親子丼 わかめスープ コーヒー 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース ゆかりスパゲッティ さわらの幽庵焼 ハンバーグ フライドポテト 竹の子の煮物 トマトと枝豆のサラダ 蓮根の梅マヨ和え 生野菜(キャベツ) フルーツ	つぼ漬け 青かっぱ漬 しば漬け 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 牛どん 赤だし コーヒー 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース パンネボンゴレ 秋刀魚のおろし醤油かけ 麻婆豆腐 揚げ餃子 いんげんの炒り煮 パンプキンサラダ オクラとコーンの和え物 生野菜(キャベツ) フルーツ	つぼ漬け 青かっぱ漬 しば漬け 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 牛どん すまし汁 コーヒー 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース スパゲッティナポリ 白身魚フライ 鶏肉の照焼き フライドポテト 人参しりしり カリフラワーとヤングコーンのマリネ なすと鶏肉の和え物 生野菜(キャベツ) フルーツ	つぼ漬け 青かっぱ漬 しば漬け 麦茶 ウーロン茶 緑茶	ごはん 鶏そぼろ丼 中華風卵スープ コーヒー 牛乳 オレンジジュース 野菜ジュース シーチキンパンネ ぶりの照り焼き じゃこカツ 焼売 大豆と鶏肉の煮物 きゅうりの酢の物 ほうれん草と人参のピーナッツ和え 生野菜(キャベツ) フルーツ



※夕食の紅生姜は、鶏そぼろ丼と牛丼の時にしております。  
都合により一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

