

# 6月 献立表



日	献立・配膳図		使用材料名					日	献立・配膳図		使用材料名				
1	火		メロンゼリー	赤	(豆腐ハンバーグ)・ベーコン 鶏肉・牛乳			16	水		中華風ピリ辛スープ	赤	(メンチカツ)・(錦糸卵)・ハム わかめ・豚肉・豆腐・牛乳		
アイソの日			洋風コロコロスープ	黄	米・じゃが芋・バター・蒲焼のタレ コンソメ・メロンゼリー			黄			米・春雨・マロニー・ドレッシング・コンソメ チキンガラスープ・豆板醤・鶏粉・菜種油				
824	26.9	25	124.2	369	5	5.8	3.2	858	29	28.7	116.1	321	2	3.3	3.2
2	水		春雨スープ	赤	鯖・ハム・豚肉・牛乳			17	木		大根スープ	赤	鯖・ツナ・鶏肉・わかめ・牛乳		
850			33.2	31.2	107.7	302	2.4	3.4			1.3	806	34.4	26.9	107.8
3	木		豚汁	赤	豆腐・薄揚・鶏肉・豚肉・味噌 牛乳			21	月		八宝菜	赤	(春巻)・豚肉・牛乳		
809			34.9	27	110.3	490	4.7	6.5			2.3	818	25.3	29	117.3
4	金		いちごゼリー	赤	鶏肉・卵・麩・塩昆布・牛乳			22	火		キャベツスープ	赤	(法蓮草オムレツ)・豚肉・牛肉 ベーコン・チーズ・牛乳		
818			28.7	28.2	114.2	311	3.4	5.1			1.9	800	29.1	30.8	109.4
7	月		みかんゼリー	赤	牛肉・卵・豆腐・錦糸卵・牛乳			23	水		ワンタンスープ	赤	鶏肉・(ワンタン)・牛乳		
818			26.8	31.2	110.3	407	4.7	6.4			2.9	827	30.1	29.4	109.9
8	火		歯と口の健康週間ゼリー	赤	(アジフライ)・大豆・ひじき・豆腐 薄揚・牛乳			24	木		じゃが芋のわかめの味噌汁	赤	(真鯛フライ)・牛肉・わかめ・味噌 牛乳		
815			33.6	23.3	120.1	469	4.5	6.3			2.5	809	29.1	26.7	114.8
9	水		青梗菜の中華スープ	赤	(餃子)・牛肉・豆腐・ベーコン・牛乳			25	金		洋風おでん	赤	(チキンカツ)・うずらの卵 ウイナー・牛乳		
889			28.8	34.2	112	354	2.6	4.2			1.9	828	39.5	35.5	92.7
10	木		マンゴープリン	赤	(和牛コロッケ)・豚肉・大豆・5種豆 鶏肉・牛乳			28	月		こんぼ汁	赤	鮭・牛肉・薄揚・味噌・牛乳		
857			30.1	28.2	126.1	352	2.9	4.4			4.2	833	36.2	28.6	107.4
11	金		完熟梅のゼリー	赤	鶏肉・卵・味噌・牛乳			29	火		冷凍みかん	赤	(焼売)・ハム・(錦糸卵) 牛乳		
824			35.9	24.6	115.3	315	3.2	4.2			1.6	838	28	25.7	124
14	月		肉団子スープ	赤	(トンカツ)・(肉団子)・ハム・牛乳			30	水		法蓮草スープ	赤	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉 牛乳		
836			26.5	23.1	122.5	362	7.7	3.8			2.9	812	28	24.9	121.3
15	火		ココアムース	赤	豚肉・豆腐・牛乳										
832			30.3	27.7	116.6	334	2.1						4.6	2.3	

●食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。

●食材欄の( )書きは加工食品です。

●今月は1日が、アイソの日で鉄分たっぷりメニューです。

鉄分を多く含む法蓮草・小松菜・ハンバーグ・ゼリー等が献立に入っています。

●今月8日は、歯ッピーの日でカルシウムたっぷりメニューです。

カルシウムを多く含む、大豆・アジフライ・ひじき・豆腐・小松菜・ゼリー等が献立に入っています。

●今月18日は、食育の日献立の日です。

福井県の梅を使ったゼリーなど、地場産の食材をたくさん使用してます。

