



2024年6月ランチメニュー

後期食

日	曜	献立名		使っている主な食材		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	土	全粥 豆腐のそぼろ煮 キャベツのやわらか煮 青菜のスープ	南瓜粥	豆腐,豚ミンチ	たまねぎ,人参 キャベツ,人参 青菜	米
3	月	全粥 カレイの煮付け ブロッコリー煮 ほうれん草のすまし汁	さつま芋茶巾	かれい	いんげん ブロッコリー,人参 たまねぎ,ほうれん草	米
4	火	全粥 豚肉と野菜煮 キャベツの煮浸し 大根の味噌汁	ブロッコリー粥	豚肉 味噌	人参 キャベツ 大根	米
5	水	全粥 ホキの煮付け ブロッコリー煮 ほうれん草のスープ	にゅうめん	ホキ	人参 ブロッコリー,トマト ほうれん草	米
6	木	全粥 鶏肉煮 さつま芋煮 青菜の味噌汁	キャベツ粥	鶏肉 味噌	いんげん 人参 青菜	米 さつま芋
7	金	全粥 肉豆腐 胡瓜煮 白菜の味噌汁	バナナ	豚肉,豆腐 わかめ,味噌	たまねぎ きゅうり,人参 はくさい	米
8	土	家庭協力日				
10	月	全粥 ホキの煮付け 人参煮 小松菜の味噌汁	きな粉粥	ホキ 味噌	ブロッコリー 人参,きゅうり 小松菜	米
11	火	全粥 鶏肉煮 大根煮 ほうれん草の味噌汁	オレンジ寒天	鶏肉 味噌	たまねぎ 大根,人参 ほうれん草	米
12	水	全粥 カレイの煮付け 南瓜煮 白菜のスープ	麩のあべかわ	かれい	小松菜 南瓜 はくさい,人参	米
13	木	全粥 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草煮 玉ねぎのスープ	南瓜粥	豆腐,豚ミンチ	人参 ほうれん草,人参 たまねぎ	米
14	金	全粥 ささみの煮付け キャベツ煮 大根と小松菜のスープ	バナナ	ささみ	たまねぎ キャベツ,人参 大根,小松菜	米
15	土	全粥 豚肉煮 白菜のやわらか煮 春雨のスープ	人参粥	豚肉	たまねぎ,ピーマン はくさい,人参 青菜	米 春雨

日	曜	献立名		使っている主な食材		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
17	月	全粥 ホキの煮付け 小松菜の煮浸し 人参の味噌汁	南瓜茶巾	ホキ わかめ,味噌	ブロッコリー 小松菜,はくさい 人参	米
18	火	全粥 豆腐と野菜煮 キャベツ煮 青菜の味噌汁	りんごのコンポート	豆腐 味噌	きゅうり,人参 キャベツ 青菜	米
19	水	全粥 豚肉と野菜煮 ブロッコリー煮 人参のスープ	にゅうめん	豚肉	じゃがいも,人参 ブロッコリー,グリーンアスパラ 人参	米
20	木	全粥 タラの煮付け ほうれん草の煮浸し 玉ねぎのすまし汁	コーン粥	たら	ほうれん草,人参 たまねぎ	米
21	金	全粥 鶏肉煮 小松菜煮 南瓜の味噌汁	麩のあべかわ	鶏肉 味噌	人参 小松菜,人参 南瓜	米
22	土	全粥 そぼろ煮 胡瓜煮 ほうれん草の味噌汁	ブロッコリー粥	豚ミンチ 味噌	たまねぎ,人参 きゅうり,人参 ほうれん草	米
24	月	全粥 タラの煮付け ひじき煮 大根の味噌汁	さつま芋茶巾	たら ひじき 味噌	小松菜 いんげん,人参 大根	米
25	火	全粥 鶏肉煮 キャベツ煮 玉ねぎのスープ	人参粥	鶏肉	グリーンアスパラ キャベツ,人参 たまねぎ	米
26	水	全粥 マトウダイの煮付け ブロッコリー煮 南瓜のスープ	オレンジ寒天	マトウダイ	トマト ブロッコリー,人参 南瓜	米
27	木	全粥 豚肉の味噌煮 いんげん煮 麩と小松菜のすまし汁	りんごのコンポート	豚肉,味噌	たまねぎ いんげん,人参 小松菜	米 麩
28	金	全粥 ホキの煮付け さつま芋煮 白菜の味噌汁	きな粉粥	ホキ 味噌	きゅうり,人参 はくさい	米 さつま芋
29	土	全粥 豚肉煮 小松菜の煮浸し 玉葱のスープ	コーン粥	豚肉	人参 小松菜,人参 たまねぎ	米

★食材仕入れの都合で、献立を多少変更することがあります。変更する場合はボード等でお知らせいたします。
★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。
★朝おやつにお菓子とお茶を提供します。

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	ハイハイ	アンパンマンゼンペイ	ハイハイ	アンパンマンゼンペイ	ハイハイ	アンパンマンゼンペイ