

日		曜		献立名		材料		日		曜		献立名		材料		日		曜		献立名		材料							
♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ※アレルギーに関しては必要な方に原材料配合表をお渡ししています。 そちらをご確認ください。				1 火 		ソフトフランスパン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		2 水 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		3 木 		ラーメン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		4 金 		わかめごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし) わかめごはんの素			
						ホワイトシチュー		ベーコン、玉ねぎ、白菜 人参、牛乳、スキムミルク 有塩バター、シチューの素 塩、こしょう、米油 スープストック				えのきのみそ汁		えのきだけ、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし				野菜みそラーメン(汁)		鶏ひき肉、玉ねぎ もやし、人参 きくらげ、長ねぎ しょうが、にんにく みそラーメンスープ こしょう				にらたま汁		鶏卵、にら、長ねぎ しょうゆ、酒 みりん、塩、でん粉 だし昆布、かつおだし			
						チキンロイヤル		チキンロイヤル				ホッケフライ		ホッケフライ キャノーラ油				さつまいももち		さつまいももち キャノーラ油				鮭の塩焼き		鮭切り身、塩、酒			
						枝豆サラダ		ホールコーン 枝豆、キャベツ イタリアンドレッシング				ふきの炊き合わせ		ふき水煮、人参、豚もも肉 しらたき、米油、みりん 三温糖、しょうゆ、酒 だし昆布、かつおだし				カムカムゼリー		カムカムゼリー				れんこんの炒めもの		れんこん水煮、豚もも肉 玉ねぎ、人参、しょうゆ 酒、三温糖、みりん、米油			
エネルギー		684 kcal		エネルギー		628 kcal		エネルギー		708 kcal		エネルギー		585 kcal		エネルギー		585 kcal		エネルギー		585 kcal							
7 月 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		8 火 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		9 水 		背割りコッペパン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		10 木 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		11 金 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)	
		すまし汁		あらははんぺん、白菜 玉ねぎ、長ねぎ 塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし				なめこと豆腐のみそ汁		木綿豆腐、なめこ水煮 玉ねぎ、長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし				春雨スープ		春雨、たけのこ、人参 長ねぎ、しょうゆ、酒 コンソメ、塩、こしょう				ハヤシライス		豚もも肉、赤ワイン 玉ねぎ、人参、にんにく しょうが、中濃ソース しょうゆ、米油 トマトケチャップ、こしょう トマトピューレ、ハヤシルウ デミグラスソース ブルーベリーピューレ				小松菜のスープ		鶏むね肉、小松菜 酒、人参、玉ねぎ コンソメ、しょうゆ ごま油、こしょう	
		さばのみそ煮		さばのみそ煮				かしわ天		かしわ天 キャノーラ油				あらびきウインナー		あらびきウインナー				大根サラダ		大根、もやし、きゅうり かんきつドレッシング				いかカツ		いかカツ キャノーラ油	
エネルギー		647 kcal		エネルギー		647 kcal		エネルギー		592 kcal		エネルギー		673 kcal		エネルギー		598 kcal		エネルギー		598 kcal							
14 月 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		15 火 		黒糖パン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		16 水 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		17 木 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		18 金 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)	
		玉ねぎのみそ汁		玉ねぎ、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし				コーンクリームスープ		ホールコーン クリームコーン、玉ねぎ 有塩バター、塩、こしょう コーンクリームスープ スープストック、牛乳				トッポギとキムチのスープ		キムチ、豚もも肉 玉ねぎ、にら にんにく、トッポギ キムチ味、ぶなしめじ 三温糖、しょうゆ、米油、塩				ドライカレー		豚ひき肉、鶏ひき肉 まめブラス、玉ねぎ 人参、しょうが、にんにく トマトケチャップ、カレー粉 ミートソップ コンソメ、ウスターソース 塩、三温糖、赤ワイン キタノカオリ				ふのりのみそ汁		ふのり、じゃがいも 玉ねぎ、長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	
		いわしの梅煮		いわしの梅煮				鶏肉の香草焼き		鶏もも肉、しょうゆ、パセリ レモン汁、白ワイン 白炒りごま、塩、黒こしょう				チヂミ		チヂミ キャノーラ油				つぼ漬け		パックつぼ漬け				おさかなフライ		おさかなフライ キャノーラ油	
エネルギー		631 kcal		エネルギー		676 kcal		エネルギー		634 kcal		エネルギー		772 kcal		エネルギー		635 kcal		エネルギー		635 kcal							
21 月 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		22 火 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		23 水 		バーガーパン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		24 木 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		25 金 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)	
		わかめのみそ汁		わかめ、えのきだけ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし				岩見沢呉汁		大豆、白菜、玉ねぎ 突きこんにやく 長ねぎ、手作りみそ だし昆布、かつおだし				ポトフ		玉ねぎ、人参、ベーコン 米油、セロリー じゃがいも、塩、こしょう スープストック				中華スープ		枝豆とじゃこの元氣ボール チンゲンサイ、たけのこ 長ねぎ、しょうゆ、白炒りごま しょうゆラーメンスープ 塩、こしょう、ごま油				たまごスープ		玉ねぎ、鶏卵 ベーコン、長ねぎ スープストック しょうゆ、塩、でん粉	
		さんまのおかか煮		さんまのおかか煮				かぼちゃコロッケ		かぼちゃコロッケ キャノーラ油				ハンバーグ		ハンバーグ トマトケチャップ 三温糖、中濃ソース デミグラスソース				揚げぎょうざ		ぎょうざ キャノーラ油				チキンマヨグリル		鶏もも肉、こしょう、酒 エッグゲアマヨネーズ クレイジーソルト	
エネルギー		608 kcal		エネルギー		694 kcal		エネルギー		607 kcal		エネルギー		593 kcal		エネルギー		629 kcal		エネルギー		629 kcal							
28 月 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		29 火 		コッペパン		小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)		30 水 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		令和3年度 6月 		ごはん		精白米(岩見沢産ななつぼし)		今月のもくひょう よくかんで食べよう！ 今月の地場産物 玉ねぎ 手作りみそ大豆					
		きのこ汁		きのこミックス 玉ねぎ、長ねぎ しょうゆ、酒、塩 だし昆布、かつおだし				トマトスープ		マカロニ、玉ねぎ 人参、ベーコン、セロリー 米油、ダイストマト トマトジュース、にんにく スープストック、塩、こしょう				白菜のみそ汁		白菜、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし				あじフライ		あじフライ キャノーラ油							
		豆腐の肉みそあん包み		豆腐の肉みそあん包み				オムレツ		オムレツ				鶏肉とごぼうの炒め煮		ごぼう、人参、しらたき 鶏もも肉、いんげん、みりん 三温糖、しょうゆ、酒、米油 だし昆布、かつおだし													
エネルギー		574 kcal		エネルギー		595 kcal		エネルギー		625 kcal		エネルギー		625 kcal		エネルギー		625 kcal		エネルギー		625 kcal							