

	2025年 5月 26日(月)	5月 27日(火)	5月 28日(水)	5月 29日(木)	5月 30日(金)	5月 31日(土)	6月 1日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆納豆 納豆 ◆グルクンのネギソースかけ たかさご 生 食塩 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ベビーリーフ トマト生 ◆ほうれん草のしらす和え ほうれん草(冷) しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆りんご りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆サバの塩焼き サバ(120) しお だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆からし菜炒め からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆けんちん汁 豚コマ スライス だいこん にんじん 板こんにゃく 里芋 (令) 油揚げ こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 青ネギ ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ししゃも塩焼き ししゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆かに玉風厚焼き玉子 卵 かに風味かまぼこ(冷) 乾しいたけ 青ネギ 鳥がらだし ごま油 ◆沖縄風みそ汁 豚コマ スライス 沖縄豆腐 卵 だいこん にんじん 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド) ◆牛乳 普通牛乳	◆たまごサンド 食パン マーガリン 卵 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード しお ◆サラダ(キャベツ・コーン) キャベツ ホールコーン(缶詰) 胡瓜 生 ツナ缶 フレンチドレッシング ◆ほうれん草のソテー ほうれん草(冷) しめじ ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆コーンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 水 粉パセリ 乾 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆あわごはん 米 マージン ◆鮭のマヨネーズ焼き 鮭(生) しお たまねぎ にんじん 青ピーマン生 乾しいたけ こいくちしょうゆ マヨネーズ 全卵型 ピザ用チーズ ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆ゆし豆腐 ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆パイン パインアップル 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ぶりの照り焼き ぶり 生 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 しょうが おろし 調合油 ししとう 果実 生 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆フーチャンブルー くるま麩 卵 キャベツ にんじん もやし にら 豚肩ロース(細切り) 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆おろし和え 大根おろし(冷) なめこ 水煮 みつば 生 ぼん酢しょうゆ ◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ) じゃがいも えのきたけ 生 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆魚の香草パン粉焼き ホキ 生 しお こしょう粉 パン粉 にんにく おろし バジル 粉 粉チーズ レモン 全果 生 ◆納豆みそ ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 三枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆もやしの胡麻和え もやし こまつな 葉 生 ほぐし鶏 ごま むき グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆もずくのすまし汁 もずく かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆りんご りんご生 ◆牛乳 普通牛乳
間		◆(補)油みそおにぎり 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆補)梅じゃごはん 米 しらす干し 半乾燥品 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 山海ぶし しそ	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)		◆(補)塩昆布チーズおにぎり 米 塩昆布 スティックチーズ ごま油
昼	◆牛焼肉丼 米 うし [和牛肉] かたロ たまねぎ生 焼き肉のたれ ◆小籠包 小籠包(30g) こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆もやしのナムル もやし にんじん ごま油 うすくちしょうゆ 酢 砂糖 白ごま 乾 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆ごはん 米 ◆クリームコロッケ クリーミーコロッケ(30g) 調合油 ◆豚しゃぶサラダ レタス 胡瓜 生 みょうが トマト生 豚肉(もも) ごまドレッシング ◆白菜の野菜スープ はくさい(生) にんじん ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆パイン パインアップル 生	◆スパゲティミートソース スパゲッティ(乾) 粉パセリ 乾 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 トマトケチャップ トマトソース ミートソース 調合油 ◆チキンナゲット チキンナゲット 調合油 ◆ポテトサラダ じゃがいも にんじん 胡瓜 生 鶏卵 全卵 ゆで 食塩 こしょう 白 粉 マヨネーズ 全卵型 ◆具だくさんコンソメスープ キャベツ たまねぎ にんじん 黄ピーマン ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん 米 ◆カルシウムUPカレー 鶏もも肉 たまねぎ とまと缶詰 プレーンヨーグルト(400g) 牛乳(大) にんにく おろし しょうが おろし 有塩バター カレールウ しお こしょう 白 粉 ◆ブロッコリーとコーンのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ベビーリーフ ホールコーン(缶詰) 和風ドレッシングタイプ ◆フルーツ盛り オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ロコモコ丼 米 やわらかハンバーグ(16 ウスターソース トマトケチャップ 水 レタス ミニトマト 果実 生 アボカド 生 卵 調合油 ◆ナゲット&ポテト チキンナゲット フライドポテト(クリンクル 調合油 トマトケチャップ ◆カプレーゼサラダ トマト生 モッツアレラ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆マッシュルームスープ マッシュルームスープ 水 しめじ 生 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん 米 ◆鶏肉の生姜焼き 鶏もも肉 たまねぎ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ 砂糖 ごま油 ◆スパゲッティ スパゲッティ(乾) にんにく りん茎 生 オリーブ油 こいくちしょうゆ 食塩 ブラックペッパー ◆ゆで卵 卵 しお ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ ちくわ(20g) スティックチーズ 小麦粉 しょうが 漬物 酢漬 卵 あおのり 食塩 調合油 ◆ブロッコリーのカレー炒め ブロッコリー(冷) にんじん チキンウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 漬物 しば漬 ◆パインジュース パインアップル 果実飲	◆ごはん 米 ◆豚カツ 豚ロース1cmスライス しお こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 とんかつソース トマトケチャップ ◆ひじき卵焼き 卵 ひじき(乾) えだまめ 冷凍 顆粒和風だし しお 調合油 ◆きんぴらごぼう 千切りごぼう(令) にんじん 白ごま 乾 調合油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆からし菜炒め からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆漬物 漬物 しば漬 ◆オレンジジュース オレンジジュース
おや			◆ピザトースト 食パン ピザソース たまねぎ生 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー ピザ用チーズ ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆バナナ バナナ 生 ◆気になる野菜100 贅沢野菜 贅沢野菜1日分		◆補)梅じゃおにぎり 米 しらす干し 半乾燥品 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 山海ぶし しそ ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
タ	◆ごはん 米 ◆白身魚のトマトバターソース ホキ 生 しお ブラックペッパー 小麦粉 有塩バター にんにく おろし トマト生 しめじ こいくちしょうゆ ◆人参しりしりー にんじん たまねぎ生 ツナ缶 卵 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆たこときゅうりの和え物 まだこ ゆで	◆ごはん 米 ◆メンチカツ ごちそうメンチカツ(90g) 調合油 ◆ゴボウサラダ ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆ゆで卵 卵 しお ◆ミネストローネスープ とまと缶詰 たまねぎ ABCマカロニ はくさい(生) ベーコン トマトジュース 水 顆粒コンソメ	◆ごはん 米 ◆揚げない油淋鶏 鶏もも肉 食塩 砂糖 ブラックペッパー こいくちしょうゆ しょうが おろし にんにく おろし 調合油 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ベビーリーフ ◆エビとレタスの卵炒め ベビーリーフ むきエビ(冷) 卵 食塩 こしょう 白 粉	◆ごはん 米 ◆白身魚の中華あんかけ ホキ 生 しお こしょう粉 片栗粉 調合油 にんじん いんげん(冷) しめじ 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん かつおだし汁 片栗粉 ◆ゴーヤーチャンプルー ゴーヤー にんじん ツナ 沖縄豆腐 卵 こいくちしょうゆ	◆ごはん 米 ◆チキンソテーきのこソースか 鶏もも肉 しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆いんげんの炒めもの いんげん(冷) にんじん たまねぎ ツナ缶 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆サラダ レタス	◆豚丼 米 豚コマ スライス たまねぎ生 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 青ネギ 卵 ◆ワントンスープ ワントン 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆もやしの和え物 もやし かつお・昆布だし みりん こいくちしょうゆ 食塩 ◆キウイ	◆中華丼 こめ [水稻穀粒] 精白 caの素 ビタミン・鉄分強化米 三枚肉スライス むきエビ(冷) はくさい(冷) にんじん チンゲンサイ(冷) たけのこ 水煮缶詰(千 きくらげ 乾 うずら卵 水煮缶詰 ごま油 しょうが おろし 顆粒中華味 しお こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 片栗粉 ◆ブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) トマト生 ベビーリーフ

	2025年 5月 26日(月)	5月 27日(火)	5月 28日(水)	5月 29日(木)	5月 30日(金)	5月 31日(土)	6月 1日(日)
タ	胡瓜 生	しお	清酒 純米酒	食塩	にんじん	キウイフルーツ(ゴールド)	ツナ缶
	乾燥わかめ	トマトケチャップ	調合油	顆粒和風だし	赤ピーマン生		ごまドレッシング
	和風ドレッシングタイプ	にんにく おろし	◆水菜としらすの豆腐サラダ	調合油	黄ピーマン		◆かきたま汁
	◆ソーキ汁	粉バセリ 乾	みずな 葉 生	◆小松菜のなめたけ和え	イタリアンドレッシング		卵
	豚ソーキ	◆わらび餅	だいこん	こまつな 葉 生	◆たまごスープ		乾燥わかめ
	とうがん	わらび餅(きな粉)	しらす	なめたけ	卵		食塩
	にんじん		絹ごし豆腐	食塩	ホールコーン(缶詰)		うすくちしょうゆ
	蒸し昆布		白ごま 乾	こいくちしょうゆ	豆苗		顆粒和風だし
	乾しいたけ		ゆずドレッシング	◆根菜汁	顆粒コンソメ		片栗粉
	顆粒和風だし		きざみのり	だいこん	しお		こねぎ(冷)
	料理酒		◆お雑煮風すまし汁	にんじん	◆オレンジ		◆プリン
	こいくちしょうゆ		鶏もも肉	乾しいたけ	オレンジ(生)		カスタードプリン
	しお		小松菜(冷)	さつまいも(生)			
	かつおだし汁		乾しいたけ	油揚げ			
	青ネギ		板かまぼこ(赤)	顆粒和風だし			
	◆ゼリー		もち	こいくちしょうゆ			
	アセロラゼリー		顆粒和風だし	食塩			
			うすくちしょうゆ	青ネギ			
			しお	◆りんご			
			みつば 生	りんご生			
			◆すいか				
			すいか 赤肉種 生				

	2025年 6月 2日(月)	6月 3日(火)	6月 4日(水)	6月 5日(木)	6月 6日(金)	6月 7日(土)	6月 8日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉バセリ 乾 ◆納豆 納豆 ◆冷奴 絹ごし豆腐 糸カツオ こいくちしょうゆ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ししゃもフライ ししゃもフライ レモン 全果 生 ◆目玉焼き しお こしょう粉 調合油 ◆納豆 納豆 ◆からし菜炒め からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆そうめん汁 そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ポークたまご ポークランチョンミート 卵 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆納豆 納豆 青ネギ ◆ほうれん草のしらす和え ほうれんそう(生) しめじ しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆みそ汁(へちま/ねぎ) へちま 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ(ツナポテトサラダ) コッペパン じゃがいも たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 しお ブラックペッパー ◆豆苗の卵焼き 卵 豆苗 顆粒和風だし しお 調合油 ◆コールスローサラダ キャベツ にんじん ホールコーン(缶詰) コールスロードレッシン ◆中華風レタススープ レタス 生 ほぐし鶏 中華だし ごま油 ◆ヨーグルト和え バナナ 生 パインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆魚のホイル焼き 鮭(生) しお こしょう粉 えのきたけ 生 しめじ たまねぎ マーガリン にんにく おろし レモン 全果 生 ◆納豆 納豆 ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 合わせ味噌 顆粒和風だし 青ネギ ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆赤魚の煮付け 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん いんげん(冷) ◆納豆 納豆 ◆ほうれん草としめじのお浸し ほうれん草(冷) しめじ うすくちしょうゆ かつおだし汁 糸カツオ ◆そうめん汁 そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆グルクンのネギソースかけ たかさご 生 食塩 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ベビーリーフ トマト生 ◆ブロッコリーと卵のサラダ ブロッコリー(冷) 赤ピーマン生 卵 ベーコン シーザードレッシング ◆トマトのスープ ベビーリーフ トマト生 かいわれだいこん 鳥がらだし 食塩 こしょう 白 粉 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間食	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)ひじき豆おにぎり 米 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお	◆枝豆塩昆布おにぎり 米 むき枝豆 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
昼	◆みそラーメン 中華麺 ゆで キャベツ 生 もやし にんじん ホールコーン(缶詰) チャーシュー みそラーメンの素 ◆春巻き 春巻き(冷) 調合油 ◆フルーツポンチ 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰	◆オムライス 米 鶏もも肉 青ピーマン生 にんじん たまねぎ ホールコーン(缶詰) トマトケチャップ 顆粒コンソメ 卵 しお 調合油 トマトケチャップ ◆じゃがバターベーコン じゃがいも ベーコン スライス ブロッコリー(冷) 有塩バター 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 こしょう粉 ◆ベビーリーフサラダ ベビーリーフ ホールコーン(缶詰) イタリアンドレッシング ◆オニオンスープ たまねぎ生 有塩バター 水 顆粒コンソメ 粉バセリ 乾 ◆スイカ すいか 赤肉種 生	◆親子丼 米 鶏もも肉 たまねぎ生 にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 みりん 顆粒和風だし 卵 みつば 生 きざみのり ◆胡瓜の酢の物 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(冷) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆なめこ汁 なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ 青ネギ ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮	◆ごはん 米 ◆タンドリーチキン 鶏もも肉 ヨーグルト 全脂無糖 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース はちみつ 食塩 こしょう粉 しょうが おろし にんにく おろし 調合油 ピザ用チーズ ◆ポパイバター炒め ほうれん草(冷) ペーコン 卵 顆粒和風だし しお こいくちしょうゆ マーガリン ◆中華風冷ややっこ 絹ごし豆腐 長ネギ 胡瓜 生 にんにく おろし しょうが おろし 白すりごま 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 酢 ごま油 きざみのり ◆鶏肉と野菜のスープ 鶏もも肉 じゃがいも にんじん 白だし しお こしょう粉 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆タコライス 米 あいびき肉 鶏ミンチ 大豆水煮 たまねぎ生 青ピーマン生 調合油 タコライスソース ピザ用チーズ レタス トマト生 チリソース ◆目玉焼き 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆シルバーサラダ はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 卵 にんじん きくらげ 乾 マヨネーズ 全卵型 ◆五目中華スープ はくさい(生) 乾しいたけ にんじん 豚コマ スライス 絹ごし豆腐 顆粒中華味 うすくちしょうゆ しお 片栗粉 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん 米 ◆チキンの照り焼き 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆ゆで卵 卵 しお ◆ブロッコリーのカレー炒め ブロッコリー(冷) にんじん チキンウインナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆人参しりしりー にんじん 卵 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ ちくわ(20g) スティックチーズ 小麦粉 しょうが 漬物 酢漬 卵 あおのり 食塩 調合油 ◆パインジュース パインアップル 果実飲	◆ごはん 米 ◆梅干し 種ぬきかつお梅 ◆鶏の唐揚げ 鶏もも肉 食塩 ブラックペッパー こいくちしょうゆ しょうが おろし にんにく おろし 小麦粉 卵 調合油 ◆小松菜と油揚げの味噌汁 小松菜(冷) 油揚げ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆いんげんの炒め いんげん(冷) にんじん 魚肉ソーセージ 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆ほうれん草とひじきの鉄分強 ほうれん草(冷) ひじき(乾) ツナ ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 こいくちしょうゆ 白すりごま 砂糖
夕方	◆補)揚げパン 揚げパン	◆補)小松菜とわかめの鉄分お 米 カットわかめ 白ごま 乾 小松菜(冷) ごま油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆(補)油みそおにぎり 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml
夕食	◆ごはん 米 ◆チキンのチーズ照り焼き とりむね(皮なし) こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ピザ用チーズ ◆かんぴょうイリチー かんぴょう 乾 刻み昆布 豚コマ スライス カステラかまぼこ 乾しいたけ 調合油 グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆大根サラダ だいこん みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり	◆ごはん 米 ◆鶏肉のおろしポン酢 鶏もも肉 料理酒 しょうが おろし しお 大根おろし(冷) しそ ぼん酢しょうゆ ◆アスパラいかバター炒め アスパラガス(冷) エリンギ 生 いか 生 有塩バター こいくちしょうゆ にんにく おろし ◆白菜と小松菜のごまサラダ はくさい(生) 小松菜(冷) ツナ缶 ごま むき 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆ソーキ汁 豚ソーキ(60g)	◆コーンご飯 米 ホールコーン 缶詰 粉バセリ 乾 ◆ビーフシチュウ 牛肉スライス 調合油 じゃがいも たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 ビーフシチュウ ルウ ◆エビフライ えびフライ フライ用 冷 調合油 たまねぎ ピクルス(刻み) 卵 マヨネーズ 全卵型 ◆ブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) トマト生 ベビーリーフ ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆マンゴー マンゴー 生	◆ごはん 米 ◆ホキの梅みそ焼き ホキ 生 しょうが おろし 清酒 純米酒 合わせ味噌 山海ぶし 砂糖 みりん ながいも こいくちしょうゆ わさび 練り きざみのり ◆肉だんごと冬瓜の煮物 鶏だんご(冷) とうがん 生しいたけ 小松菜(冷) にんじん 清酒 純米酒 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし みりん 砂糖 ◆豚しゃぶサラダ レタス	◆ごはん 米 ◆チキンソテーきのこクリーム 鶏むね肉 しお こしょう粉 小麦粉 調合油 えのきたけ 生 まいたけ 生 ホワイトソース 普通牛乳 粉バセリ 乾 ◆ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉バセリ 乾 ◆パクチョイ炒め パクチョイ 葉 生 厚揚げ にんじん しめじ まいたけ 生 たまねぎ 清酒 純米酒	◆ごはん 米 ◆麻婆豆腐 木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ 乾しいたけ にら にんにく おろし しょうが おろし こいくちしょうゆ 甜麺醤 ごま油 片栗粉 トウバンジャン ◆はんぺんの揚げないチーズ はんぺん(60g) スライスチーズ ハム(四角) 小麦粉 卵 パン粉 有塩バター ◆鶏ささみと青菜のスープ春雨 はるさめ 緑豆はるさめ ほぐし鶏 チンゲンサイ 葉 生	◆ごはん 米 ◆ハヤシライス 豚コマ スライス たまねぎ マッシュルーム ゆで にんじん トマトケチャップ ハヤシルウ 水 ウスターソース みりん ◆鶏団子と白菜のスープ 鶏だんご(冷) はくさい(生) 乾しいたけ 鳥がらだし 料理酒 めんつゆ 三倍濃厚 ◆トマトのチーズ焼き トマト生 しお ブラックペッパー マヨネーズ 全卵型 ピザ用チーズ 粉バセリ 乾 ◆カプレーゼサラダ

	2025年 6月 2日(月)	6月 3日(火)	6月 4日(水)	6月 5日(木)	6月 6日(金)	6月 7日(土)	6月 8日(日)
タ	ゆずドレッシング ◆かきたまうどん汁 うどん(冷) 卵 カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆グレープゼリー グレープジュース 砂糖 アガー	とうがん にんじん 蒸し昆布 乾しいたけ 顆粒和風だし 料理酒 こいくちしょうゆ しお かつおだし汁 青ネギ ◆シークワーサーゼリー シークワーサーゼリー(4		胡瓜 生 みょうが トマト生 豚肉(もも) ごまドレッシング ◆もずく入りキムチスープ もずく 絹ごし豆腐 豚コマ スライス はくさい(生) にんじん たまねぎ しめじ キムチの素 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆パイン パインアップル 生	こいくちしょうゆ 食塩 中華だし ◆ベビーリーフサラダ ベビーリーフ ホールコーン(缶詰) イタリアンドレッシング ◆具だくさんコンソメスープ キャベツ たまねぎ にんじん ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆りんご りんご生	顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ 料理酒 青ネギ 白ごま 乾 ◆アセロラゼリー アセロラゼリー	トマト生 モッツアレラ ブラックオリーブ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆りんご りんご生

	2025年 6月 9日(月)	6月 10日(火)	6月 11日(水)	6月 12日(木)	6月 13日(金)	6月 14日(土)	6月 15日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆白身魚の中華あんかけ 赤魚(60g) しお こしょう粉 片栗粉 調合油 にんじん いんげん(冷) しめじ 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん かつおだし汁 片栗粉 ◆納豆 納豆 ◆ひじき卵焼き 卵 ひじき(乾) むき枝豆(冷) 顆粒和風だし しお 調合油 ◆オクラの味噌汁 オクラ(冷) 卵 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆塩昆布きゅうり 胡瓜 生 塩昆布 めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉バセリ 乾 ◆納豆 納豆 ◆焼きウインナー ボキボキウインナー 調合油 ◆大根サラダ だいこん みずな 葉 生 ほぐし鶏 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆みそ汁(あさり) あさり 生 みつば 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆サバの照り焼き まさば 生 料理酒 しょうが おろし こいくちしょうゆ みりん だいこん かいわれだいこん ゆずドレッシング ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ ◆キャベツとゆで卵のサラダ キャベツ 生 調合油 ごまドレッシング ◆もずくスープ もずく 絹ごし豆腐 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆りんご りんご生 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆サンドイッチ(ツナマヨ) 食パン マーガリン ツナ マヨネーズ 全卵型 しお ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) トマト生 ベビーリーフ ホールコーン(缶詰) 卵 ほぐし鶏 ごまドレッシング ◆わかめスープ 乾燥わかめ かいわれだいこん 白ごま 乾 中華だし ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆サバの味噌煮 まさば 生 合わせ味噌 砂糖 料理酒 しょうが おろし かつおだし汁 ◆納豆 納豆 ◆冬瓜ンブシー とうがん にんじん サバ缶(水煮) にら こいくちしょうゆ みりん 食塩 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆白菜のゆかり和え はくさい(生) にんじん ゆかり ◆すまし汁(卵・かまぼこ) 厚焼きたまご(令) なると ほうれん草(冷) 長ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みりん ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆魚の香草パン粉焼き 鮭(生) しお こしょう粉 パン粉 にんにく おろし バジル 粉 粉チーズ レモン 全果 生 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆フーチャンブルー くるま麩 卵 キャベツ にんじん もやし にら 豚肩ロース(細切り) 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆うどん汁 うどん(冷) なると 乾燥わかめ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆気になる野菜100 賛沢野菜 賛沢野菜1日分	◆ごはん 米 ◆赤魚の煮付け 赤魚(60g) いんげん(冷) 生しいたけ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん ◆納豆 納豆 青ネギ ◆ゆで卵 卵 しお ◆ささみと胡瓜の梅和え ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆ゆし豆腐 ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾	◆(補)塩昆布チーズおにぎり 米 塩昆布 スティックチーズ ごま油	◆補)梅じゃこおにぎり 米 しらす干し 半乾燥品 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 山海ぶし しそ	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆バナナ バナナ 生	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
昼	◆ざるそば 日本そば(乾) めんつゆ 三倍濃厚 水 長ネギ きざみのり 白ごま 乾 ◆天ぷら盛り合わせ 卵 小麦粉 ブラックタイガー 養殖 こういか 生 ホキ 生 たまねぎ にんじん にら 調合油 ◆胡瓜とタコの酢の物 胡瓜 生 まだこ 生 カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆ビビンバ丼 米 あいびき肉 にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 砂糖 こいくちしょうゆ コチュジャン ほうれん草(冷) ごま油 鳥がらだし もやし ごま油 鳥がらだし にんじん ごま油 しお 白ごま 乾 ◆揚げぎょうざ&春巻き ぎょうざ 冷凍 春巻き(冷) 調合油 サニーレタス 葉 生 ◆中華もやし和え もやし 胡瓜 生 ロースハム こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 顆粒中華味 白ごま 乾 ◆中華風スープ チンゲンサイ(冷) かに風味かまぼこ(冷) 乾しいたけ 中華だし しお こしょう 白 粉	◆ごはん 米 ◆鮭のフライ〜タルタルソース 鮭(生) 食塩 こしょう 白 粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 たまねぎ ピクルス(刻み) 鶏卵 全卵 ゆで マヨネーズ 全卵型 粉バセリ 乾 ◆ゴーヤーチャンプルー ゴーヤー にんじん ツナ 沖縄豆腐 卵 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 調合油 ◆ツナキムチ和え はくさい(生) 胡瓜 生 ツナ缶 キムチの素 ◆レバー汁 豚レバー 豚ロース1cmスライス じゃがいも にんじん 小松菜(冷) にんにく おろし 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆りんご りんご生	◆ねばねば冷やしうどん うどん(冷) ながいも オクラ 果実 生 トマト生 ほぐし鶏 みょうが しそ きざみのり めんつゆ 三倍濃厚 水 ◆もずくのかき揚げ にんじん もずく たまねぎ ツナ にら 紅しょうが 小麦粉 卵 調合油 ◆フルーツ盛り オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド さくらんぼ 国産 生	◆ガパオライス 米 青ピーマン生 たまねぎ生 なす 赤ピーマン生 大豆水煮 鶏ミンチ 鷹の爪 にんにく おろし オイスターソース グラニュー糖 調合油 卵 調合油 バジル 粉 ◆南瓜コロッケ(1/2) かぼちゃコロッケ(60g) 調合油 レタス ◆エビと春雨のタイ風サラダ はるさめ 緑豆はるさめ たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ロースハム むきエビ(冷) 砂糖 顆粒中華だし レモン汁 こいくちしょうゆ ナンプラー 鷹の爪 にんにく おろし ◆オニオンスープ たまねぎ生 有塩バター 水 顆粒コンソメ 粉バセリ 乾 ◆パイン パインアップル 生	◆ごはん 米 ◆チキンのチーズ照り焼き 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 みりん 調合油 ピザ用チーズ ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 ◆きんぴらごぼう ささがきごぼう(冷) にんじん 白ごま 乾 調合油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆ジャガイモのチーズ炒め じゃがいも たまねぎ いんげん(冷) チキンウインナー バセリ 葉 生 粉チーズ 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 ◆ピーマンの塩昆布和え 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆ごはん 米 ◆しょうが焼き 豚ロース(薄切り) こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 しょうが おろし みりん 調合油 たまねぎ ◆レタス レタス トマト生 ◆マカロニサラダ マカロニ 乾 胡瓜 生 たまねぎ 鶏卵 全卵 ゆで にんじん マヨネーズ 全卵型 しお ミニトマト 果実 生 ◆チンゲン菜とホタテの塩炒め チンゲンサイ(冷) ホタテ貝 貝柱 生 たまねぎ生 にんじん 片栗粉 調合油 しょうが おろし にんにく おろし こいくちしょうゆ 食塩 ◆パインジュース パインアップル 果実飲
さや	◆補)たくあんおにぎり 米 たくあん漬 むき枝豆 めんつゆ 三倍濃厚 ごま油	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)あんぱん あんパン ◆牛乳 普通牛乳	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)枝豆塩昆布おにぎり 米 むき枝豆 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚) ◆オレンジジュース オレンジジュース
タ	◆ごはん 米 ◆ラタトゥイユ風鶏肉のトマト煮 鶏もも肉 しお こしょう粉 ズッキーニ 果実 生 たまねぎ 黄ピーマン しめじ にんにく おろし オリーブ油 とまと缶詰 顆粒コンソメ ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング	◆ごはん 米 ◆焼きチキン南蛮 鶏むね肉 食塩 こしょう粉 小麦粉 卵 こいくちしょうゆ グラニュー糖 酢 マヨネーズ 全卵型 卵 たまねぎ ピクルス(刻み) 食塩 こしょう粉 粉バセリ 乾 サラダ菜	◆ごはん 米 ◆牛肉とピーマン 牛肉スライス こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 じゃがいもでん粉 青ピーマン生 赤ピーマン生 たけのこ 水煮缶詰(干 乾しいたけ しょうが おろし こいくちしょうゆ みりん 顆粒和風だし 調合油 ◆目玉焼き 卵 しお	◆ごはん 米 ◆鶏肉のピザ焼き とりむね(皮なし) こしょう粉 しお たまねぎ 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) ピザソース ピザ用チーズ バジル 粉 ◆コールスローサラダ キャベツ にんじん ホールコーン(缶詰) コールスロードレッシン ◆きんぴられんこん れんこん(スライス ゆで	◆ごはん 米 ◆酢豚 豚かたロース(ブロック) グラニュー糖 こいくちしょうゆ じゃがいもでん粉 調合油 青ピーマン生 たまねぎ にんじん 乾しいたけ パインアップル 缶詰 黄ピーマン トマトケチャップ 酢 顆粒中華だし ◆スパニッシュオムレツ 卵	◆ごはん 米 ◆肉じゃが 豚コマ スライス じゃがいも にんじん たまねぎ生 しらたき グリーンピース 冷凍 顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん 料理酒 ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆キウイ	◆ごはん 米 ◆Wポークカレー 豚ロース1cmスライス ポークランチョンミート にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ カレールウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆バンバンジーサラダ ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生

	2025年 6月 9日(月)	6月 10日(火)	6月 11日(水)	6月 12日(木)	6月 13日(金)	6月 14日(土)	6月 15日(日)
タ	◆BLTスープ ベーコン ベビーリーフ トマト生 水 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 片栗粉 卵 ブラックペッパー ◆スイカ すいか 赤肉種 生	◆アスパラいかバター炒め アスパラガス(冷) エリンギ 生 いか 生 有塩バター こいくちしょうゆ にんにく おろし ◆カプレーゼサラダ トマト生 モッツアレラ ブラックオリーブ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆鶏ささみと青菜のスープ春雨 はるさめ 緑豆はるさめ ほぐし鶏 チンゲンサイ 葉 生 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ 料理酒 青ネギ 白ごま 乾 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド)	こしょう粉 調合油 ◆チョレギサラダ サニーレタス 葉 生 ベビーリーフ 絹ごし豆腐 ながいも ほぐし鶏 白すりごま きざみのり チョレギドレッシング(エ ◆もやしとひき肉の坦々豆乳ス もやし にら 絹ごし豆腐 豚ひき肉 豆乳 ごま油 白すりごま ラー油 みりん こいくちしょうゆ 合わせ味噌 しょうが おろし にんにく おろし ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド)	にんじん 白ごま 乾 ごま油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆沖縄そば汁 沖縄そば麺 錦糸卵 チキアギ 青ネギ 顆粒和風だし 沖縄そばだし しお うすくちしょうゆ 料理酒 ◆ぜんざい 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	ミックスベジタブル(冷) ロースハム 固形ブイヨン こいくちしょうゆ ピザ用チーズ ◆中華いか和え 中華イカ だいこん 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆具だくさんもずく汁 もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆すいか すいか 赤肉種 生	キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごまドレッシング ◆りんご りんご生