

	2025年 6月 16日(月)	6月 17日(火)	6月 18日(水)	6月 19日(木)	6月 20日(金)	6月 21日(土)	6月 22日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆鮭のチーズマヨネーズ焼き 鮭(生) 料理酒 しお 卵 マヨネーズ 全卵型 粉チーズ 粉バセリ 乾 サラダ菜 ミニトマト 果実 生 ◆中華風炒め はくさい(生) 小松菜(冷) むきエビ(冷) たけのこ 水煮缶詰(干 乾しいたけ にんじん 豚肩ロース(細切り) 片栗粉 中華だし こいくちしょうゆ ごま油 ◆納豆 納豆 ◆みそ汁(もやし) もやし にんじん 葉ねぎ 葉 生 麦みそ かつおだし 顆粒和風だし ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆納豆みそ ひきわり納豆 ◆サバの塩焼き サバ(120) しお だしこん しそ こいくちしょうゆ ◆アスパラとツナの卵とじ アスパラガス 若茎 生 卵 ツナ缶 調合油 食塩 こしょう 白 粉 ◆すまし汁(はんぺん) はんぺん みつば 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆バナナ バナナ 生 ◆ヨーグルト 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 だしこん しそ こいくちしょうゆ ◆納豆 納豆 ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 ◆塩コンきゅうり 胡瓜 生 しお 塩昆布 白ごま 乾 めんつゆ ストレート ◆根菜汁 だいこん にんじん 乾しいたけ 里芋 (冷) 油揚げ 鶏もも肉 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆りんご りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ コッペパン ポキポキウィンナー スティックチーズ 調合油 トマトケチャップ 粒マスタード ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 ◆レタス レタス トマト生 ◆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 ◆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 ◆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 ◆冷奴 絹ごし豆腐 糸カツオ こいくちしょうゆ ◆味噌汁(キャベツ) キャベツ にんじん こねぎ(冷) 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆りんご りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆鮭のゴマ味噌マヨネーズ焼き 鮭(生) しお たまねぎ しめじ ブロッコリー(冷) マヨネーズ 全卵型 合わせ味噌 白すりごま ピザ用チーズ ◆人参しりしりー にんじん ツナ缶 卵 にら 顆粒和風だし こしょう粉 こいくちしょうゆ 調合油 ◆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 ◆納豆 納豆 ◆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 ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮	◆ごはん 米 ◆白身魚のトマトバターソース すずき 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 こいくちしょうゆ ◆目玉焼き 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆豆苗ともやしのナムル 豆苗 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 ◆うどん汁 うどん(冷) なると 乾燥わかめ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け	◆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	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油
昼	◆ごはん 米 ◆ビーフシチュー 牛肉スライス 調合油 たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 ビーフシチュー ルウ ◆シーザーサラダ レタス 胡瓜 生 にんじん トマト生 アボカド 生 卵 粉チーズ クルトン シーザードレッシング ◆パイン パインアップル 缶詰 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆チャーハン 米 ベーコン スライス たまねぎ にんじん 青ピーマン生 卵 ホールコーン(缶詰) 葉ねぎ 葉 生 食塩 顆粒中華だし こいくちしょうゆ こしょう 白 粉 ごま油 ◆手羽ギョーザ 鶏手羽先 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 ◆春雨サラダ 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 和風ドレッシングタイプ ◆かに玉風スープ 卵 かに風味かまぼこ(冷) はくさい(生) 長ネギ 顆粒中華だし しお こいくちしょうゆ 片栗粉 ごま油 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴール	◆キムチ焼きうどん うどん(冷) 豚コマ スライス キャベツ 生 たまねぎ生 にんじん 卵 はくさいキムチ 料理酒 こいくちしょうゆ コチュジャン 砂糖 にんにく おろし きざみのり 糸カツオ ◆フライドチキン フライドチキン ◆豆苗ともやしのナムル 豆苗 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 ◆たまごスープ 卵 ホールコーン(缶詰) かいわれだいこん 顆粒コンソメ しお ◆誕生日ケーキ ショートケーキ(カット)	◆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 紅しょうが きざみのり ◆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 ◆白菜と小松菜のごまサラダ はくさい(生) 小松菜(冷) ほぐし鶏 ごま むき 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆みそ汁(へちま/ねぎ) へちま こねぎ(冷) 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆青りんごゼリー 青りんごゼリー(40)	◆ごはん 米 ◆よだれ鶏 鶏もも肉 料理酒 砂糖 しお 長ネギ 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ラー油 にんにく おろし しょうが おろし 白すりごま 七味唐辛子 水 レタス ◆にんにくの芽炒め にんにくの芽(冷) たまねぎ にんじん 牛肉スライス たけのこ 水煮缶詰(干 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 調合油 マーガリン しお こしょう粉 にんにく おろし ◆中身汁 中身 豚ロース1cmスライス 板こんにゃく 乾しいたけ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 しょうが ◆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 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん 米 ◆豚カツ ぶた [中型種肉] ヒレ 食塩 こしょう 白 粉 卵 パン粉 調合油 ◆いんげんゴマ和え いんげん(冷) しめじ 生 白ごま 乾 こいくちしょうゆ 酢 ◆巨峰ゼリー グレープジュース 砂糖 アガー	◆ごはん 米 ◆タンドリーチキン 鶏むね肉 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 ◆ゆで卵 卵 しお ◆じゃがバター 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 ◆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 ◆りんご りんご生
夜	◆補)おかかとチーズのおにぎ 米 糸カツオ キャンディーチーズ めんつゆ 三倍濃厚	◆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 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆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)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆ザバス(200ml)バニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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 種ぬめかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆気になる野菜100 βーカロ 気になる野菜βーカロテ
タ	◆スーパージャージャー麺 中華麺 ゆで なす たまねぎ 青ピーマン生 赤ピーマン生 豚ひき肉 にら マーボー豆腐の素 ラー油 ◆レバーのカレー竜田揚げ 豚レバー カレー粉 こいくちしょうゆ	◆ごはん 米 ◆すき焼き 牛肉スライス しょうが おろし 調合油 はくさい(生) 長ネギ えのきたけ 生 生しいたけ しらたき 木綿豆腐 すき焼きのたれ ◆かぼちゃのあんかけ	◆ごはん 米 ◆チーズハンバーグ あいびき肉 たまねぎ生 パン粉 普通牛乳 卵 にんにく おろし しお こしょう粉 ナツメグ 粉 ウスターソース トマトケチャップ	◆ごはん 米 ◆サバの梅みそ焼き まさば 生 しょうが おろし 清酒 純米酒 合わせ味噌 山海ぶし 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 ◆パパイヤいりちー	◆牛丼 米 こめ [水稲めし] 精白 うし [輸入牛肉] かた たまねぎ にんじん 乾しいたけ かつおだし こいくちしょうゆ みりん グラニュー糖 しょうが 漬物 酢漬 みつば 生 きざみのり 漬物 たくあん漬 塩押	◆ごはん 米 ◆ひじき入り鶏つくね 鶏ミンチ おから にんじん むき枝豆 ひじき(乾) しお 片栗粉 こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 みりん	◆うな丼 米 しお 調合油 うなぎ かば焼 焼き鳥のたれ きざみのり ◆蒸し鶏のサラダ ほぐし鶏 ベビーリーフ にんじん かいわれだいこん ◆なめこ汁 なめこ 生

	2025年 6月 16日(月)	6月 17日(火)	6月 18日(水)	6月 19日(木)	6月 20日(金)	6月 21日(土)	6月 22日(日)
タ	料理酒 げ 食塩 グラニュー糖 しょうが こしょう粉 片栗粉 調合油 ◆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 ◆ワントンスープ ワンタン 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆シークワーサーゼリー シークワーサーゼリー(4	かぼちゃ(冷凍) 鶏ミンチ 食塩 こいくちしょうゆ みりん 片栗粉 いんげん(冷) ◆胡瓜の浅漬け 胡瓜 生 しお 昆布だし 砂糖 白ごま 乾 ◆みそ汁(わかめ/ねぎ) カットわかめ こねぎ(冷) 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆オレンジ オレンジ(生)	ピザ用チーズ ブロッコリー(冷) ◆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 ◆豆腐とキャベツの生姜レモン 絹ごし豆腐 キャベツ しょうが おろし 水 顆粒中華だし しお こしょう粉 レモン汁 ◆マンゴー マンゴー 生	パパイヤ 未熟 生 にんじん ツナ にら 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆小松菜のおひたし 小松菜(冷) 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん ◆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 こまつな 葉 生 にんにく おろし 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆オレンジ オレンジ(生)	◆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 ◆サンラータン 卵 はくさい(生) 乾しいたけ 豆苗 はるさめ 緑豆はるさめ 鳥がらだし こいくちしょうゆ オイスターソース 酢 ラー油 片栗粉 ◆フルーツポンチ 白玉団子(冷) バインアップル 缶詰 みかん 缶詰	だいこん 青ネギ ◆豆腐サラダ 絹ごし豆腐 サニーレタス 葉 生 かいわれだいこん ミニトマト 果実 生 きざみのり 和風ドレッシングタイプ ◆鶏肉のスープ はくさい(生) にんじん しめじ ほぐし鶏 顆粒中華だし しお こしょう粉 こいくちしょうゆ しょうが おろし 青ネギ ◆ヨーグルト和え バナナ 生 キウイフルーツ(ゴール プレーンヨーグルト(400g)	絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ みつば 生 ◆ぶどう ぶどう

	2025年 6月 23日(月)	6月 24日(火)	6月 25日(水)	6月 26日(木)	6月 27日(金)	6月 28日(土)	6月 29日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆白身魚のネギソースかけ ホキ(50) 食塩 片栗粉 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 ◆巣ごもり卵 卵 キャベツ にんじん ベーコン 粉バセリ 乾 しお こいくちしょうゆ ◆納豆 納豆 ◆もやしニラ炒め もやし にんじん にら ツナ ごま油 顆粒中華だし こいくちしょうゆ ◆味噌汁(おくら・たまねぎ) オクラ 果実 生 たまねぎ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆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 ◆胡瓜の梅和え 胡瓜 生 山海ぶし 糸カツオ ◆ゆし豆腐 ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆りんご りんご生 ◆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 ◆納豆 納豆 ◆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 ◆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	◆ハムチーズサンド 食パン スライスチーズ ロースハム マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 ◆サラダ レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ゆずドレッシング ◆オニオンスープ たまねぎ生 クノールオニオンスープ 水 ◆バナナ バナナ 生 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆ごはん 米 ◆ポークたまご ポークランチョンミート 卵 調合油 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆納豆 納豆 ◆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 ◆すまし汁(はんぺん) はんぺん みつば 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆鮭の塩焼き 鮭(生) 食塩 こしょう粉 調合油 だいこん しそ ◆豆腐のニラ炒め 鶏ミンチ 木綿豆腐 にら にんじん にんにく おろし しょうが おろし 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお ごま油 鷹の爪 ◆納豆 納豆 ◆なめこの味噌汁 なめこ 水煮 カットわかめ みつば 生 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 ◆パクチョイ炒め パクチョイ 葉 生 魚肉ソーセージ にんじん しめじ たまねぎ 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ 食塩 中華だし ◆納豆 納豆 ◆みそ汁(わかめ/ねぎ) カットわかめ こねぎ(冷) 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間食	◆(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	◆(補)ゆかりたくあんおにぎり 米 ゆかり たくあん漬 むき枝豆 めんつゆ 三倍濃厚 ごま油		◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(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)	◆ピザパン ピザパン 惣菜パン
昼	◆ソーキそば 沖縄そば麺 豚ソーキ グラニュー糖 こいくちしょうゆ 蒸しかまぼこ こまつな 葉 生 葉ねぎ 葉 生 食塩 鳥がらだし 沖縄そばだし こいくちしょうゆ ◆野菜炒め キャベツ にんじん たまねぎ コンビーフハッシュ にら 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆三色なます だいこん かに風味かまぼこ(冷) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆ぜんざい 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	◆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 ◆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 ◆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 ◆なめこ汁 なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ みつば 生 ◆雪見だいふく 業務用ミニ雪見だいふく	◆ごはん 米 ◆鶏と野菜の黒酢あん 鶏もも肉 こいくちしょうゆ 料理酒 しょうが おろし にんにく おろし 片栗粉 調合油 じゃがいも にんじん れんこん 生 なす たまねぎ生 青ピーマン生 砂糖 果実酢 りんご酢 こいくちしょうゆ 黒酢 みりん 料理酒 片栗粉 ◆人参しりしー にんじん たまねぎ生 卵 ツナ 調合油 顆粒和風だし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆春雨の和え物 はるさめ 普通はるさめ ローズハム 胡瓜 生 白ごま 乾 錦糸卵 にんじん きくらげ 乾 酢 砂糖 こいくちしょうゆ ごま油 白ごま 乾 ◆もずくスープ もずく 絹ごし豆腐 にんじん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮	◆あわごはん 米 マージン ◆ブルコギ あいびき肉 たまねぎ にんじん にら 焼き肉のたれ オイスターソース コチュジャン 砂糖 ◆揚げだし豆腐 絹ごし豆腐 片栗粉 調合油 だいこん しょうが おろし かつおだし こいくちしょうゆ みりん きざみのり 青ネギ ◆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 ◆かきたま汁 卵 たまねぎ 青ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆パイン パインアップル 生	◆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 ◆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 ◆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 ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆ぶどう ぶどう	◆ごはん 米 ◆豚ロースのガーリックソテー 豚ロース1cmスライス しお こしょう粉 にんにく おろし 調合油 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 ◆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 ◆ブロッコリーとじゃがいものカ ブロッコリー(冷) じゃがいも ポキポキウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆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 ◆ひじき入り鶏つくね 鶏ミンチ にんじん むき枝豆(冷) ひじき(乾) しお 片栗粉 こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 青ネギ ◆豆腐卵焼き 卵 しお 調合油 ◆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 ◆ブロッコリーとじゃがいものカ ブロッコリー(冷) じゃがいも ポキポキウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆パインジュース パインアップル 果実飲
おやつ		◆(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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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 ◆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)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)ココア ザバス(乳飲料)200ml
夕食	◆ごはん 米 ◆よだれ鶏 とりむね(皮なし) 料理酒 砂糖 しお 長ネギ 青ネギ	◆ごはん 米 ◆チーズハンバーグ あいびき肉 たまねぎ生 パン粉 普通牛乳 卵 にんにく おろし	◆コーンご飯 米 ホールコーン 缶詰 粉バセリ 乾 ◆ハヤシライス 豚コマ スライス 調合油 マッシュルーム ゆで しめじ	◆ごはん 米 ◆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	◆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	◆和風スパゲッティー スパゲッティ(乾) ベーコン しめじ ほうれんそう(生) たまねぎ 有塩バター たまねぎ しそ	◆ごはん 米 ◆ピリッと旨辛ドライカレー 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰)

	2025年 6月 23日(月)	6月 24日(火)	6月 25日(水)	6月 26日(木)	6月 27日(金)	6月 28日(土)	6月 29日(日)
タ	こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ラー油 にんにく おろし しょうが おろし しお 白すりごま 七味唐辛子 水 レタス ◆粉吹き芋のカレー風味 じゃがいも 食塩 こしょう粉 カレー粉 ◆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 ◆中華にゅうめん そうめん・乾 にんじん チンゲンサイ 葉 生 ほぐし鶏 錦糸卵 しお 顆粒中華だし ごま油 青ネギ ◆キウイ キウイフルーツ(ゴール	しお こしょう粉 ナツメグ 粉 ウスターソース トマトケチャップ ピザ用チーズ レタス トマト生 ◆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 ◆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 ◆りんご りんご生	たまねぎ にんにく おろし にんじん トマトジュース こしょう 白 粉 ハヤシルウ ◆スバゲティサラダ マカロニ 乾 ロースハム 胡瓜 生 にんじん マヨネーズ 全卵型 食塩 こしょう粉 ◆オレンジ オレンジ(生)	こいくちしょうゆ マヨネーズ 全卵型 ◆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 胡瓜 生 みょうが トマト生 豚コマ スライス ごまドレッシング ◆アーサ汁 あおさ 素干し 絹ごし豆腐 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし ◆アセロラゼリー アセロラゼリー	だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆和風ポテトサラダ じゃがいも 胡瓜 生 ツナ缶 食塩 こしょう粉 ◆春雨の和え物 はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 錦糸卵 にんじん きくらげ 乾 酢 砂糖 こいくちしょうゆ ごま油 白ごま 乾 ◆イナムドウチ 豚ロース1cmスライス 板こんにゃく 乾しいたけ カステラかまぼこ イナムドウチ味噌 顆粒和風だし ピーナッツバター ◆キウイ キウイフルーツ(ゴール	きざみのり 白ごま 乾 めんつゆ 三倍濃厚 顆粒和風だし ◆鶏肉のピザ焼き 鶏もも肉 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 ◆フルーツヨーグルト りんご生 カップヨーグルト	- 調合油 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース 顆粒コンソメ 砂糖 卵 ◆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 ◆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