

〇〇 献立表 〇〇

区分	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)
朝食	ご飯 もやしの炒め物 納豆 みそ汁 牛乳	ご飯 いり豆腐 ドレッシング和え 味付けのり みそ汁 牛乳	パン 若鶏のトマト煮 ひじきサラダ 牛乳	ご飯 鮭の塩焼き ドレッシング和え ふりかけ みそ汁 牛乳	パン コーンポタージュ チキンサラダ 牛乳	ご飯 花野菜とチキンソテー 納豆 みそ汁 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ 根菜サラダ 味付けのり みそ汁 牛乳
	山菜おこわ 鶏肉の南部焼き ブロッコリーソテー マリネサラダ フルーツ	ご飯 カジキの葱味噌焼き 筑前煮 冷やしトマト 牛乳寒天 フルーツソース	きのこそば いかリングフライ なめ茸和え フルーツ	ご飯 和風麻婆豆腐 ツナサラダ ピーナッツ和え 中華スープ	ご飯 チキンバーベキュー風味焼き かんぴょうゴマ炒め おかか和え フルーツ	焼きそば さつまいもレモン煮 酢味噌和え 牛乳寒天	ご飯 牛肉のオーストラリア炒め かぼちゃサラダ ずいきの煮物 フルーツ
	五穀ごはん サケ生姜焼き ゴマなます マカロニサラダ みそ汁	麦ごはん ハンバーグ ゴマ和え とろろ芋 みそ汁	五穀ごはん 白身魚ムニエル かぼちゃサラダ 生姜和え みそ汁	五穀ごはん 豚肉の生姜炒め ポークビーンズ しらすおろし 黒豆ヨーグルト	五穀ごはん むつ西京焼き ごぼうサラダ 冷奴 みそ汁	五穀ごはん 豚肉のネギ焼 昆布豆 なめ茸和え みそ汁	麦ごはん さわらの味噌煮 大徳寺なます とろろ芋 みそ汁

※治療食は一部変更になります。ご了承ください。



～豆知識＜美味しいとうもろこしの見分け方＞～
とうもろこしは世界三大穀物のひとつです。
とうもろこしの粒列の数は、必ず偶数になります。
ご存じでしたか？

美味しいとうもろこしを見分けるポイントは…

- *皮が濃い緑色
- *ひげの色が濃い褐色ふさふさで湿っている
- *ずっしり重い
- *実が先までつまっている
- *全体がふっくらしてツヤがある