

26/06/01（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鯖の照り焼き
4	マカロニサラダ
5	じゃが芋と玉ねぎの赤だし

26/06/02（火）	
1	チャーハン
2	牛乳
3	大豆のかりんとう
4	卵スープ

26/06/03（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	煮卵
4	筑前煮
5	わかめときゅうりの酢の物
6	鮭ふりかけ

26/06/04（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ちくわの磯辺揚げ
4	ほうれんそうの辛子和え
5	切干大根の含め煮
6	しそふりかけ

26/06/05（金）	
1	伊賀豚ハヤシライス
2	牛乳
3	ドレッシングサラダ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖（韓国） さしみたまり こいくちしょうゆ 酒 みりん さとう
4	マカロニ きゅうり にんじん キャベツ ホールコーン 天塩 白こしょう サラダビネガー さとう 洋辛子 ノンエッグマヨネーズ
5	削り節だしパック 玉ねぎ じゃがいも 刻み油あげ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 にんにく 豚ばら肉 酒 にんじん 玉ねぎ みりん こいくちしょうゆ 天塩 白こしょう 葉ねぎ ごま油
2	牛乳
3	大豆 でんぷん 白絞油 黒砂糖
4	だし用かつお節 うすくちしょうゆ 天塩 白こしょう 木綿豆腐 はくさい でんぷん 鶏卵 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	たまご水煮 だし用かつお節 こいくちしょうゆ さとう みりん
4	サラダ油 鶏もも肉 酒 板こんにゃく たけのこ水煮 ごぼう にんじん だし用かつお節 黒砂糖 さとう こいくちしょうゆ みりん ごま油
5	きゅうり カットわかめ はるさめ 米酢 うすくちしょうゆ 天塩 さとう
6	鮭フレーク さとう 天塩

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	焼き竹輪 薄力粉 でんぷん 食塩 サラダ油 あおのり 白絞油
4	ほうれん草 緑豆もやし うすくちしょうゆ 洋辛子
5	サラダ油 糸こんにゃく うすくちしょうゆ にんじん 切干しだいこん 刻み油あげ だし用かつお節 みりん さとう うすくちしょうゆ
6	ゆかり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
	サラダ油 にんにく しょうが セロリー 豚小間切れ肉 天塩 白こしょう 赤ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも ベイリーフ 赤ワイン トマトピューレー ウスターソース トマトケチャップ 米粉ハイシルウ
2	牛乳
3	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう

26/06/08（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鮭の西京焼き
4	小松菜の磯辺和え
5	けんちん汁

26/06/09（火）	
1	伊賀牛ごぼうご飯
2	牛乳
3	青じそドレッシングサラダ
4	だんご汁
5	ぶどうゼリー

26/06/10（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	カレー肉じゃが
4	モロヘイヤのおかか和え
5	ひじきふりかけ

26/06/11（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	小えびのチリソースかけ
4	切干大根の中華和え
5	わかめスープ

26/06/12（金）	
1	セルフツナサンド
2	牛乳
3	コーンクリームシチュー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	銀鮭（宮城県） 白みそ さとう 酒 みりん こいくちしょうゆ
4	こまつな はくさい うすくちしょうゆ 焼き角ぎざみのり
5	だし用かつお節 板こんにゃく ごぼう にんじん だいこん 刻み油あげ 豆腐 うすくちしょうゆ 天塩 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 こいくちしょうゆ サラダ油 しょうが 牛スライス肉 酒 ごぼう さとう こいくちしょうゆ
2	牛乳
3	キャベツ きゅうり ホールコーン 青じそ さとう こいくちしょうゆ 天塩 米酢
4	削り節だしパック にんじん だいこん 刻み油あげ 玄米だんご 白みそ 赤みそ 葉ねぎ
5	ぶどうゼリー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚小間切れ肉 酒 糸こんにゃく 干ししいたけ にんじん 玉ねぎ じゃがいも 削り節だしパック カレー粉 さとう こいくちしょうゆ
4	モロヘイヤ 緑豆もやし うすくちしょうゆ 削り節
5	サラダ油 ひじき こいくちしょうゆ みりん さとう

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	小えび(インドネシア) でんぷん 白絞油 サラダ油 にんにく トウバンジャン 玉ねぎ 赤ワイン トマトケチャップ さとう こいくちしょうゆ
4	切干しだいこん にんじん きゅうり 米酢 さとう うすくちしょうゆ ごま油
5	だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし うすくちしょうゆ 天塩 白こしょう カットわかめ 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	コッペパン80  ライトツナフレーク キャベツ 玉ねぎ きゅうり 天塩 白こしょう ノンエッグマヨネーズ
2	牛乳
3	サラダ油 セロリー 玉ねぎ にんじん ホールコーン ベイリーフ だし用かつお節 じゃがいも クリームコーン 天塩 白こしょう 薄力粉 バター サラダ油 牛乳 生クリーム

26/06/15（月）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	焼きウインナー
4	添えパスタ
5	ケチャップ
6	スープカレー

26/06/16（火）	
1	伊賀豚ビビンバ
2	牛乳
3	わかめと卵のスープ

26/06/17（水）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	鶏肉と厚揚げのオイスター炒め
4	フライドポテト
5	おかかふりかけ

26/06/18（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	焼豆腐の肉みそかけ
4	チンゲン菜のごまあえ
5	ひじきの炒り煮

26/06/19（金）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	しいらのから揚げ
4	もやしのナムル
5	豆腐チゲスープ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	ウインナー
4	サラダ油 にんにく にんじん 玉ねぎ 青ピーマン 天塩 白こしょう こいくちしょうゆ ペンネ細
5	トマトケチャップ
6	サラダ油 豚もも肉 酒 だし用かつお節 ベイリーフ にんじん 玉ねぎ じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ カレールウ米粉

No	食品名
1	精白米 おおむぎ  サラダ油 にんにく 豚小間切れ肉 酒 さとう こいくちしょうゆ ごま油  にんじん ほうれん草 小大豆もやし 食塩 ごま油  みりん さとう 赤みそ ごま油 コチジャン
2	牛乳
3	だし用かつお節 にんじん うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 玉ねぎ カットわかめ でんぷん 鶏卵 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 鶏もも皮付肉 酒 にんじん 玉ねぎ キャベツ 厚揚げ オイスターソース こいくちしょうゆ 天塩 白こしょう ごま油
4	じゃがいも 天塩 白絞油
5	削り節 こいくちしょうゆ みりん 酒

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	焼き豆腐 サラダ油 豚ミンチ肉 酒 赤みそ さとう みりん
4	チンゲン菜 はくさい うすくちしょうゆ いりごま
5	サラダ油 鶏もも皮付肉 酒 つきこんにゃく 大豆 削り節だしパック みりん サラダ油 ひじき にんじん ごぼう さとう こいくちしょうゆ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	しいら（長崎県） 酒 うすくちしょうゆ しょうが でんぷん 白絞油
4	にんじん 緑豆もやし ほうれん草 天塩 うすくちしょうゆ ごま油
5	削り節だしパック 豚小間切れ 酒 にんにく しょうが にんじん 木綿豆腐 うすくちしょうゆ 赤みそ コチジャン みりん はくさい キムチ 葉ねぎ

26/06/22（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	シルバーのマヨネーズ焼き
4	ベーコンポテト
5	千切り野菜のすまし汁
6	たくあん漬

26/06/23（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	親子煮
4	ツナサラダ
5	味付けのり

26/06/24（水）	
1	カレーライス
2	牛乳
3	オニオンドレッシングサラダ

26/06/25（木）	
1	菜めし
2	牛乳
3	ししゃもフライ
4	一食用 ウスターソース
5	添えキャベツ
6	かぼちゃのみそ汁

26/06/26（金）	
1	ミルクパン
2	牛乳
3	ミートスバゲティ
4	コーンサラダ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	シルバー(ニュージーランド) ノンエッグマヨネーズ にんにく 天塩 こいくちしょうゆ
4	サラダ油 ベーコン 玉ねぎ 天塩 白こしょう じゃがいも
5	だし用かつお節 つきこんにやく にんじん だいこん 生しいたけ 刻み油あげ うすくちしょうゆ 天塩 みりん 葉ねぎ
6	たくあん漬

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも皮付肉 酒 にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 糸こんにやく こいくちしょうゆ みりん さとう でんぷん 鶏卵 葉ねぎ
4	ツナオイル漬 キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう
5	味付けのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 豚もも肉 赤ワイン 天塩 白こしょう カレー粉 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも 天塩 白こしょう カレー粉 フルーツチャツネ ウスターソース トマトピューレー オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ さとう こいくちしょうゆ 天塩 白こしょう サラダ油 サラダビネガー

No	食品名
1	精白米 炊飯用広島菜飯
2	牛乳
3	ししゃも(ノルウェー) 薄力粉 でんぷん サラダ油 パン粉 白絞油
4	1食用ウスターソース
5	キャベツ
6	削り節だしパック 玉ねぎ 刻み油あげ 西洋かぼちゃ 赤みそ 白みそ 葉ねぎ

No	食品名
1	ミルクパン
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく セロリー 豚ミンチ 赤ワイン 玉ねぎ にんじん トマトダイス水煮 天塩 白こしょう トマトケチャップ トマトペースト トマトピューレー ウスターソース さとう オールスパイス スバゲティ
4	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ ホールコーン サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう

26/06/29（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鶏肉の塩から揚げ
4	ごま酢和え
5	もずくスープ

26/06/30（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	厚揚げ入りチンジャオロースー
4	はるさめサラダ
5	ミニトマト

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鶏もも肉 にんにく しょうが 黒こしょう 天塩 酒 ごま油 でんぷん 白絞油
4	にんじん キャベツ きゅうり うすくちしょうゆ さとう 米酢 いりごま
5	だし用かつお節 しょうが にんじん 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ たまねぎ 木綿豆腐 もずく 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 酒 にんじん 玉ねぎ 穂先たけのこスライス 厚揚げ 青ピーマン オイスターソース さとう こいくちしょうゆ 天塩 白こしょう でんぷん ごま油
4	はるさめ にんじん きゅうり ホールコーン 洋辛子 米酢 天塩 さとう うすくちしょうゆ ごま油
5	ミニトマト