

※マヨネーズ・てんぷら粉は卵不使用の物を使用しています。

2025年 6月 献立表(1日～15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	日				
2	月	ごはん 麻婆豆腐 もやし中華和え かぼちゃオーブン焼き	りんご	きな粉トースト スキムミルク 	●米●木綿豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース しょうが、にんにく ●もやし、チンゲン菜、人参、ごま ●かぼちゃ ●りんご ◆食パン、きな粉、バター
3	火	ごはん 魚ちゃんちゃん焼き ゆでウインナー 春雨サラダ スープ	バナナ	ごまおかかおにぎり お茶	●米●鮭、キャベツ、玉ねぎ、コーン、ピーマン、しめじ ●ウインナー●春雨、きゅうり、人参、ごま ●もやし、人参、赤板かまぼこ、ねぎ ●バナナ ◆米、かつお節、ごま
4	水	ごはん ハンバーグ ブロッコリー和え物 フライドポテト 味噌汁	オレンジ	チーズクッキー スキムミルク	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、スキムミルク パン粉 ●ブロッコリー、人参、ツナ●じゃがいも ●なめこ、わかめ、玉ねぎ ●オレンジ ◆小麦粉、粉チーズ、バター、スキムミルク
5	木	青菜ごはん 魚香味揚げ 小松菜おかか和え 切干大根煮物 味噌汁	バナナ	いももち スキムミルク	●米、青菜ふりかけ ●赤魚、しょうが、にんにく、ごま、青のり、小麦粉 ●小松菜、人参、かつお節 ●切干大根、人参、油揚げ、大豆 ●かぼちゃ、もやし、ねぎ ●バナナ ◆さつまいも
6	金	ごはん 鶏肉ごまみそ焼き キャベツ塩昆布和え ちくわしょうゆマヨ すまし汁	オレンジ	桃ヨーグルト お茶	●米●鶏肉、しょうが、ごま ●キャベツ、きゅうり、塩昆布●ちくわ ●木綿豆腐、人参、オクラ ●オレンジ ◆ヨーグルト、桃缶、スキムミルク
7	土	ビビンバ丼 味噌汁	りんご 	お楽しみお菓子 牛乳	●米、豚ひき肉、ほうれん草、人参、もやし、ごま、しょうが ●玉ねぎ、わかめ、厚揚げ●りんご
8	日				
9	月	カレーライス 白菜しらす和え スパゲティサラダ 	オレンジ	ゼリー クラッカー お茶	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ スキムミルク、カレールウ ●白菜、キャベツ、しらす干し ●スパゲティ、人参、コーン、きゅうり ●オレンジ ◆かんてんぱぱ◆クラッカー
10	火	ごはん 魚照り焼き ほうれん草のり和え 五目豆煮物 味噌汁	りんご	ココアバターサンド スキムミルク	●米●カラスカレイ、しょうが ●ほうれん草、人参、刻みのり ●大豆、ひじき、人参、ちくわ、板こんにやく ●切干大根、玉ねぎ、油揚げ ●りんご ◆食パン、バター、ココア
11	水	ごはん 皮なしコーンシュウマイ わかめナムル こんにやく甘辛炒め すまし汁	オレンジ	わらび餅 スキムミルク	●米●豚ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、コーン、しょうが スキムミルク ●わかめ、もやし、チンゲン菜、ごま ●板こんにやく ●白菜、おつゆ麩、えのきたけ ●オレンジ ◆かんてんぱぱ、きな粉、ごま
12	木	ごはん 鶏肉トマト煮 小松菜和風和え ベイクじゃが スープ	バナナ	黒ごまマフィン スキムミルク	●米●鶏肉、玉ねぎ、にんにく、トマト缶、粉パセリ ●小松菜、人参、ツナ、ひじき、かつお節 ●じゃがいも、青のり ●木綿豆腐、キャベツ、ねぎ ●バナナ ◆ホットケーキミックス、バター、スキムミルク、黒ごま 粉チーズ
13	金	ごはん さつま揚げ 白菜和え物 金時豆煮物 味噌汁	りんご	フルーツコーンフレーク 牛乳	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、ひじき、しょうが スキムミルク ●白菜、人参、油揚げ、ごま●金時豆 ●もやし、玉ねぎ、わかめ ●りんご ◆バナナ、コーンフレーク
14	土	冷やしきつねうどん さつまいもレモン煮 	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●ゆでうどん、油揚げ、赤板かまぼこ、わかめ、人参、ねぎ ●さつまいも、レモン果汁●オレンジ
15	日				

2025年 6月 献立表(16日～30日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	月	わかめごはん 冷しゃぶ かぼちゃ天ぷら すまし汁 	りんご	セサミクッキー スキムミルク	●米、わかめふりかけ ●豚肉、キャベツ、きゅうり、人参、もやし、トマト、ごま ●かぼちゃ、てんぷら粉 ●木綿豆腐、えのきたけ、ねぎ ●りんご ◆小麦粉、黒ごま、バター、スキムミルク
17	火	ごはん 魚サクサク焼き チンゲン菜和え物 じゃがバタコーン 味噌汁	オレンジ	しらすせんべい メロン スキムミルク 	●米●カラスカレイ、パン粉 ●チンゲン菜、きゅうり、人参、ごま ●じゃがいも、コーン、バター ●切干大根、わかめ、玉ねぎ ●オレンジ ◆餃子の皮、しらす干し、青のり◆メロン
18	水	ごはん ポークビーンズ ブロッコリーごま和え ちくわ磯辺焼き	りんご	ツナマヨパン スキムミルク	●米●豚ひき肉、大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト缶 ●ブロッコリー、人参、ごま ●ちくわ、青のり ●りんご ◆ホットケーキミックス、ツナ、スキムミルク、粉パセリ
19	木	ゆかりごはん 魚竜田揚げ ほうれん草白和え こんにゃくおかか炒め すまし汁	バナナ	フルーチェ せんべい お茶	●米、ゆかりふりかけ●赤魚、しょうが、小麦粉 ●木綿豆腐、ほうれん草、人参、ごま ●板こんにゃく、かつお節 ●おつゆ麩、玉ねぎ、人参 ●バナナ ◆フルーチェ、スキムミルク◆ぱりんこ
20	金	ごはん タンドリーチキン トマトマリネ ほうれん草ソテー 味噌汁	オレンジ 	キャロットドーナツ スキムミルク	●米●鶏肉、にんにく、しょうが、カレー粉、ヨーグルト ●トマト、きゅうり、ツナ、わかめ ●ほうれん草、玉ねぎ、コーン、バター ●厚揚げ、もやし、ねぎ ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、人参、スキムミルク 
21	土	ツナキャベツ丼 スープ	バナナ	お楽しみお菓子 牛乳	●米、ツナ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ねぎ、しらたき ●木綿豆腐、わかめ、春雨●バナナ
22	日	 			
23	月	ごはん 鶏肉照り焼き キャベツ甘酢和え 高野豆腐煮物 味噌汁	オレンジ	こまツナおにぎり お茶	●米●鶏肉、しょうが ●キャベツ、人参、きゅうり、ごま ●高野豆腐 ●なめこ、玉ねぎ、わかめ ●オレンジ ◆米、小松菜、ツナ、ごま
24	火	ごはん 魚ムニエル 小松菜変わり和え 切干大根サラダ 味噌汁	りんご	サンドイッチ スキムミルク	●米●鮭、バター、小麦粉 ●小松菜、人参、ウインナー ●切干大根、きゅうり、人参、ごま ●かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ ●りんご ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
25	水	ごはん 肉じゃが ほうれん草しらす和え チーズ 	バナナ	あじさいゼリー お茶	●米●豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく いんげん ●ほうれん草、人参、しらす干し ●チーズ ●バナナ ◆かんてんぱぱ
26	木	野菜ピラフ ささ身フライ ゆでブロッコリー マカロニナポリタン スープ ひとくちゼリー お誕生日会 		ミニパフェ カルピス 	●米、コーン、玉ねぎ、人参、パセリ粉、バター ●鶏ささ身肉、小麦粉、パン粉 ●ブロッコリー ●マカロニ、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ ●木綿豆腐、人参、ねぎ ●ひとくちゼリー ◆ホットケーキミックス、バター、スキムミルク ホイップクリーム、みかん缶、桃缶
27	金	ごはん すり身ふんわり焼き 白菜ゆかり和え 春雨チャプチェ 味噌汁	メロン	麩ラスク りんご スキムミルク	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、枝豆、しょうが スキムミルク ●白菜、きゅうり、ゆかりふりかけ ●春雨、ウインナー、人参、ねぎ、黒きくらげ ●厚揚げ、玉ねぎ、わかめ ●メロン ◆おつゆ麩、バター◆りんご 
28	土	焼きそば 味噌汁 	オレンジ	お楽しみお菓子 牛乳	●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし 青のり、かつお節 ●木綿豆腐、ねぎ、人参●オレンジ
29	日	 			
30	月	ハヤシライス オクラおかか和え じゃがいも金平	りんご 	マカロニきな粉 スキムミルク	●米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、えのきたけ、しめじ グリーンピース、スキムミルク、ハヤシライスルウ ●オクラ、キャベツ、もやし、かつお節 ●じゃがいも、人参、糸こんにゃく、ごま ●りんご ◆マカロニ、きな粉、ごま 

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。