

※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。

## 2026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	月	青菜ごはん 鶏肉トマト煮 キャベツツナサラダ こんにやく土佐煮 味噌汁	りんご 	チーズクッキー 牛乳	●米、青菜ふりかけ ●鶏肉、玉ねぎ、トマト缶、にんにく、パセリ粉 ●キャベツ、人参、ツナ●板こんにやく、かつお節 ●じゃがいも、わかめ、えのきたけ●りんご ◆小麦粉、粉チーズ、バター、スキムミルク
2	火	ごはん 魚塩焼き 白菜ゆかり和え ひじき炒め煮 すまし汁	バナナ	フルーチェ お茶	●米●さわら●白菜、きゅうり、ゆかりふりかけ ●ひじき、人参、いんげん、大豆 ●おつゆ麩、玉ねぎ、ねぎ●バナナ ◆フルーチェ
3	水	ごはん 麻婆豆腐 もやし和え物 人参から揚げ	オレンジ 	マカロニきな粉 牛乳	●米 ●木綿豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、人参 ●もやし、えのきたけ、小松菜、ごま ●人参、にんにく、しょうが、小麦粉●オレンジ  ◆マカロニ、きな粉
4	木	ごはん 鶏肉照り焼き わかめ酢の物 ちくわカレー炒め スープ	バナナ	ヨーグルト ビスコ お茶	●米●鶏肉、しょうが ●わかめ、きゅうり、人参、ごま ●ちくわ、カレー粉 ●コーン、玉ねぎ、春雨●バナナ ◆ヨーグルト、スキムミルク◆ビスコ
5	金	ごはん 魚竜田揚げ オクラおかか和え ペイクドじゃが 味噌汁 	オレンジ	ケーキサレ 牛乳	●米●赤魚、しょうが、小麦粉 ●オクラ、キャベツ、もやし、かつお節 ●じゃがいも、パセリ粉 ●木綿豆腐、人参、ねぎ●オレンジ ◆ホットケーキミックス、スキムミルク、ウインナー ピーマン、人参
6	土	焼きそば 味噌汁	バナナ 	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆで中華麺、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、かつお節、青のり ●厚揚げ、わかめ、えのきたけ●バナナ
7	日				
8	月	ごはん ささ身パン粉焼き トマトマリネ じゃがマヨおかか スープ	バナナ	枝豆おにぎり お茶 	●米●鶏ささ身、パン粉 ●トマト、きゅうり、わかめ、玉ねぎ、ツナ ●じゃがいも、かつお節 ●コーン、人参、キャベツ●バナナ  ◆米、枝豆、塩昆布
9	火	ごはん 豆腐ハンバーグ キャベツちくわ和え チーズ 味噌汁	りんご 	セサミトースト 牛乳	●米●木綿豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、スキムミルク パン粉 ●キャベツ、ちくわ、ごま●チーズ ●もやし、油揚げ、ねぎ●りんご ◆食パン、ごま、バター
10	水	ごはん 鶏肉味噌焼き 春雨炒め 金時豆煮物 すまし汁	バナナ	ツナマヨマフィン 牛乳	●米●鶏肉、しょうが●春雨、ピーマン、玉ねぎ、人参 ●金時豆●白菜、えのきたけ、オクラ●バナナ ◆ホットケーキミックス、ツナ、パセリ粉、スキムミルク
11	木	ゆかりごはん すり身ふんわり焼き ひじき和風和え 高野豆腐煮物 味噌汁	オレンジ	プリン お茶 	●米、ゆかりふりかけ●白身魚すり身、玉ねぎ、人参 枝豆、しょうが、スキムミルク ●ひじき、小松菜、コーン、ごま、かつお節●高野豆腐 ●キャベツ、切干大根●オレンジ ◆かんてんばば、スキムミルク
12	金	ごはん 肉じゃが  キャベツ和え物 ちくわ甘辛炒め	りんご	ジャムサンドクラッカー オレンジ 牛乳 	●米●豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 糸こんにやく、いんげん●キャベツ、きゅうり、油揚げ ●ちくわ、ごま●りんご ◆クラッカー、いちごジャム◆オレンジ
13	土	ツナキャベツ丼 スープ	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、ツナ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ねぎ ●木綿豆腐、しめじ、コーン●バナナ
14	日				
15	月	ごはん 魚西京焼き 小松菜コーン和え ゆでウインナー すまし汁	バナナ 	フルーツ寒天 お茶	●米●鮭、しょうが●小松菜、コーン、えのきたけ ●ウインナー●玉ねぎ、人参、厚揚げ●バナナ ◆かんてんばば、スキムミルク、みかん缶

## 2026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	火	ごはん ポークチャップ いんげんごま和え じゃがいも金平 スープ	オレンジ	大豆甘辛煮 せんべい 牛乳	●米●豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン ●いんげん、キャベツ、ごま ●じゃがいも、人参、糸こんにやく ●木綿豆腐、しめじ、ねぎ●オレンジ ◆大豆、しらす干し、青のり◆ぱりんこ 
17	水	ごはん 魚香味焼き キャベツソテー 厚揚げ煮物 すまし汁	りんご 	蒸しパン 牛乳	●米●赤魚、にんにく、しょうが、ねぎ、ごま ●キャベツ、人参、玉ねぎ、ウインナー●厚揚げ ●小松菜、もやし、えのきたけ●りんご ◆ホットケーキミックス、スキムミルク 
18	木	ごはん やみつきちキン 白菜塩昆布和え 人参しりしり 味噌汁	バナナ	大学芋 牛乳	●米●鶏肉、にんにく ●白菜、きゅうり、塩昆布●人参、ツナ、ごま ●玉ねぎ、かぼちゃ●バナナ ◆さつまいも、黒ごま
19	金	カレーライス  わかめ中華和え スパゲティサラダ	オレンジ	あじさいゼリー お茶	●米、豚ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 カレールー、スキムミルク ●わかめ、もやし、きゅうり、ごま ●スパゲティ、人参、ツナ●オレンジ ◆かんでんばば
20	土	サラダうどん ちくわしょうゆマヨ	りんご	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆでうどん、ツナ、レタス、コーン、きゅうり、人参 ●ちくわ●りんご
21	日				
22	月	ごはん 魚ムニエル キャベツごま酢和え ジャーマンポテト スープ	りんご	麩ラスク バナナ 牛乳	●米●たら、バター、小麦粉 ●キャベツ、きゅうり、人参、ごま ●じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー ●木綿豆腐、わかめ、えのきたけ●りんご ◆おつゆ麩、バター◆バナナ 
23	火	ごはん 豚肉しょうが炒め 中華きゅうり かぼちゃオープン焼き 味噌汁	オレンジ 	ごまおかかおにぎり お茶	●米●豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが ●きゅうり、ごま●かぼちゃ ●油揚げ、ねぎ、白菜●オレンジ ◆米、ごま、かつお節
24	水	ごはん つくねあんかけ 春雨酢の物 こんにやく味噌煮 すまし汁	バナナ 	フライドポテト 牛乳	●米●鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、しょうが スキムミルク、かつお節●春雨、人参、わかめ、ごま ●板こんにやく●小松菜、もやし、油揚げ●バナナ ◆じゃがいも
25	木	鮭わかめごはん <span style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">お誕生会</span> ねぎ塩チキン マカロニナポリタン ゆでブロッコリー スープ ひとくちゼリー		フルーツジャムサンド 牛乳	●米、鮭フレーク、わかめふりかけ ●鶏肉、ねぎ、しょうが、レモン果汁 ●マカロニ、玉ねぎ、ピーマン●ブロッコリー ●コーン、木綿豆腐、レタス●ひとくちゼリー ◆食パン、いちごジャム、ホイップクリーム
26	金	ごはん さつま揚げ 小松菜変わり和え ころころサラダ 味噌汁	オレンジ	コーンフレーク 牛乳	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、ひじき、枝豆、しょうが スキムミルク●小松菜、ウインナー、人参 ●大豆、きゅうり、コーン、ごま●白菜、なめこ、ねぎ ●オレンジ ◆コーンフレーク
27	土	鶏そぼろ丼 味噌汁	りんご	お楽しみおやつ 牛乳	●米、鶏ひき肉、しょうが、小松菜、人参 ●木綿豆腐、玉ねぎ、油揚げ●りんご
28	日				
29	月	ハヤシライス  切干大根サラダ ちくわ磯辺焼き	りんご	ハートパイ 牛乳 	●米、豚肉、玉ねぎ、人参、えのきたけ ハヤシルウ、スキムミルク ●切干大根、きゅうり、人参、ツナ●ちくわ、青のり ●りんご ◆パイシート
30	火	ごはん 魚照り焼き ひじき白和え かぼちゃ天ぷら 味噌汁	オレンジ	アイスクレープ お茶	●米、●さわら、しょうが ●木綿豆腐、ひじき、枝豆、人参、ごま ●かぼちゃ、てんぷら粉 ●白菜、わかめ、もやし●オレンジ ◆卵乳不使用アイスクレープ 

※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。