



2023年度5・6月 献立表
★ぼっこ助産院★



日	29		30		31		1		2		3		4	
	月		火		水		木		金		土		日	
区分	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名
昼食	厚揚げ チャンプルー	厚揚げ・ツナ・玉ねぎ エリンギ・パプリカ もやし・ニラ 花かつお	魚の 甘酢焼き	さわら さつま芋・絹さや	休み		ビーフン	えび・豚肉・生姜 キャベツ・人参・筍 干椎茸・ピーマン ビーフン・うずら卵	鶏肉と根菜 の味噌煮	鶏肉・ごぼう・人参 玉ねぎ・白滝 椎茸・しいんげん	休み		休み	
	山芋煮	山芋・竹輪・椎茸 人参・枝豆	切干大根の 煮物	切干大根・人参 干椎茸 グリーンピース			シュウマイ	シュウマイ レタス	金平 れんこん	れんこん・ひじき ピーマン・ごま				
	小松菜 ベーコンサラダ	小松菜・キャベツ ベーコン	胡瓜の 酢の物	胡瓜・トマト 生姜・わかめ			きゅうりの さっぱり和え	きゅうり・生姜	お揚げと野菜 の和え物	油揚げ・小松菜 もやし・パプリカ				
	春雨 スープ	春雨・玉ねぎ 人参・わかめ	けんちん汁	豆腐・玉ねぎ・人参 しめじ・こんにやく 油揚げ・ネギ			ベーコン スープ	ベーコン・もやし 玉ねぎ・人参	すまし汁	白菜・人参 エノキ				
	人参ご飯 フルーツ	だし昆布・人参 ごま	フルーツ				麦ご飯 フルーツ		フルーツ					

※献立・食品名については、都合により変更になる場合がありますことをご了承ください。

