



6月予定献立表



		6月1日 (火)	6月2日 (水)	6月3日 (木)	6月4日 (金)	6月5日 (土)	6月6日 (日)	
昼食		御飯135g 完) 鯖のみりん漬焼 完) 焼き茄子 赤だし 果物 (フルーツカクテル)	ちらし寿司 魚のきのこ味噌焼き レモン和え 清汁 (えのき) 果物 (ゴールデンキウイ)	麦ご飯・135g 鶏の甘酢あんかけ ほうれん草中華風 中華スープ 果物 (オレンジ)	御飯135g 完) さわらの西京漬焼 完) れんこん炒め 清汁 (花ふ) 果物 (黄桃缶)	御飯135g 豚肉のしそ焼き 錦糸和え 清汁 (はんぺん) 果物 (フルーツカクテル)	休み	
間食		あんドーナツ	バウムクーヘン	蒸しパン (黒糖レーズン)	梅雨あじさい	長崎カステラ		
夕食		御飯135g 完) 豆腐のチキンボール 完) いんげんのごま和え きりこみ汁	御飯135g オイスター炒め えんどうと人参の甘煮 かき玉汁	御飯135g 完) 赤魚の酒粕漬焼 完) オクラのおかか和え 清汁 (卵豆腐)	御飯135g 豚肉の卵とじ 完) 青梗菜と揚げの煮浸し 雷汁	御飯135g 魚のねぎソース にがうりサラダ 清汁 (海老ボール)		
		6月7日 (月)	6月8日 (火)	6月9日 (水)	6月10日 (木)	6月11日 (金)	6月12日 (土)	6月13日 (日)
昼食		御飯135g 完) 鰯の煮付け 完) 大根のそぼろあん 清汁 (かにかまぼこ) 果物 (フルーツカクテル)	麦ご飯・135g 完) 鯖の生姜煮 完) 菜の花湯葉和え 清汁 (えのき) フルーツヨーグルト	御飯135g 完) コロッケ 完) おからサラダ かに玉スープ 果物 (黄桃缶)	御飯135g 鶏唐揚げのおろしかけ からし醤油和え 清汁 (お花の豆腐) 果物 (オレンジ)	御飯135g 魚の竜田揚げ 完) 小松菜のお浸し 清汁 (はんぺん) 果物 (みかん缶)	御飯135g 干草焼き 南瓜の小倉煮 清汁 (うずらの腐) 果物 (バナナ)	休み
間食		バナナケーキ	カスタードワッフル	黒糖ケーキ	杏仁豆腐	つぶあんうすかわ	マンゴーカステラ	
夕食		御飯135g 魚の柚庵焼き 完) ほうれん草ごま和え きりこみ汁	御飯135g 完) 高野豆腐と海老の卵とじ 完) なすのみぞれかけ 清汁 (もずく)	御飯135g 完) 赤魚の西京漬焼 完) 春菊と湯葉の煮浸し きのこ汁	御飯135g 完) 鯖の塩焼き 完) 小松菜の生姜和え 清汁 (海老ボール)	御飯135g 完) ミートオムレツ エビサラダ 野菜スープ	チャーハン きざみきゅうり 蒸し鶏のごまだれ和え 水ギョーザ	
		6月14日 (月)	6月15日 (火)	6月16日 (水)	6月17日 (木)	6月18日 (金)	6月19日 (土)	6月20日 (日)
昼食		〈誕生会〉 赤飯・135g 完) 鯖のみぞれ煮 完) かに淡雪饅頭 清汁 (えのき) フルーツヨーグルト	〈誕生会〉 赤飯・135g 鶏肉の甲州蒸し 生姜醤油和え 清汁 (お花の豆腐) 果物 (パイナップル)	御飯135g 親子丼 鶏レバーの生姜煮 べったら漬 清汁 (花ふ) 果物 (ゴールデンキウイ)	麦ご飯・135g 完) 鰯の照り焼き 完) 揚げ茄子のミンチ煮 清汁 (卵豆腐) 果物 (みかん缶)	御飯135g 完) さんまの梅煮 完) さつま芋の甘露煮 雷汁 果物 (フルーツカクテル)	御飯135g 魚の中華風煮 もやしの中華サラダ 野菜スープ 果物 (黄桃缶)	休み
間食		ショートケーキ (ティラミス)	ショートケーキ (イチゴ)	きなこプリン	リングドーナツ (チョコ)	もみじ饅頭 (クリーム)	黄のバラ	
夕食		御飯135g 肉豆腐 完) オクラの湯葉和え かき玉汁	御飯135g 魚のﾋﾞﾝﾄﾞｰｽかけ 卵サラダ きのこ汁	御飯135g 完) 鯖の味噌煮 完) 旬菜のごま和え 清汁 (えのき)	御飯135g 完) 豚肉の生姜煮 完) いんげんのごま和え 清汁 (はんぺん)	御飯135g うま煮 完) ほうれん草の白和え 赤だし	御飯135g 牛肉の炒めもの もずく胡瓜 清汁 (えび)	
		6月21日 (月)	6月22日 (火)	6月23日 (水)	6月24日 (木)	6月25日 (金)	6月26日 (土)	6月27日 (日)
昼食		御飯135g 煮込みハンバーグ シーチキンサラダ かき玉汁 果物 (バナナ)	御飯135g 完) 豆腐ローフ 完) 五目豆 清汁 (かまぼこ) 果物 (フルーツカクテル)	御飯135g 完) 重ね蒸し 完) かに入り卵蒸し 清汁 (えのき) 果物 (黄桃缶)	御飯135g 中華風ﾋﾞﾝﾄﾞｰｽ丼 凉拌三絲 中華スープ 果物 (オレンジ)	麦ご飯・135g 完) 鯖の照り焼き 完) 青梗菜と揚げの煮浸し 清汁 (花ふ) フルーツヨーグルト	御飯135g チキン南蛮 完) ポテトサラダ 野菜スープ 果物 (バナナ)	休み
間食		蒸しパン (小豆)	抹茶ワッフル	スイスバウム	シルキーコッタ	やわらかサブレ	甘栗	
夕食		御飯135g 完) 野菜と豆腐の真薯 完) 南瓜のそぼろ煮 清汁 (あさり)	御飯135g 完) 高野豆腐の鶏ソボロ煮 ちくわとおくらの和え物 清汁 (うずらの腐)	御飯135g 完) ひじきのチキンボール 完) さつま芋と昆布煮 きのこ汁	御飯135g 完) 赤魚の煮付け 完) 卵の花 清汁 (海老ボール)	御飯135g 牛肉の柳川風 完) 菜の花と人参の辛子和え きりこみ汁	御飯135g 松島焼 ひよとなます 清汁 (卵豆腐)	
		6月28日 (月)	6月29日 (火)	6月30日 (水)				
昼食		御飯135g やまと焼き 完) おからサラダ 清汁 (えのき) 果物 (黄桃缶)	おにぎり 肉うどん 炒り鶏 らっきょう 果物 (パイナップル)	御飯135g 完) さわらの西京漬焼 完) 大根のそぼろあんかけ 清汁 (海老) 果物 (黄桃缶)				
間食		もみじ饅頭 (こしあん)	もっちり黒糖饅頭	抹茶ババロア				
夕食		御飯135g 完) 高野豆腐と海老の卵とじ 完) れんこん炒め 清汁 (もずく)	御飯135g 完) さんまのみぞれ煮 完) 豆腐の卵とじ きのこ汁	御飯135g 完) ロールキャベツ 完) 紅あずまサラダ きりこみ汁				