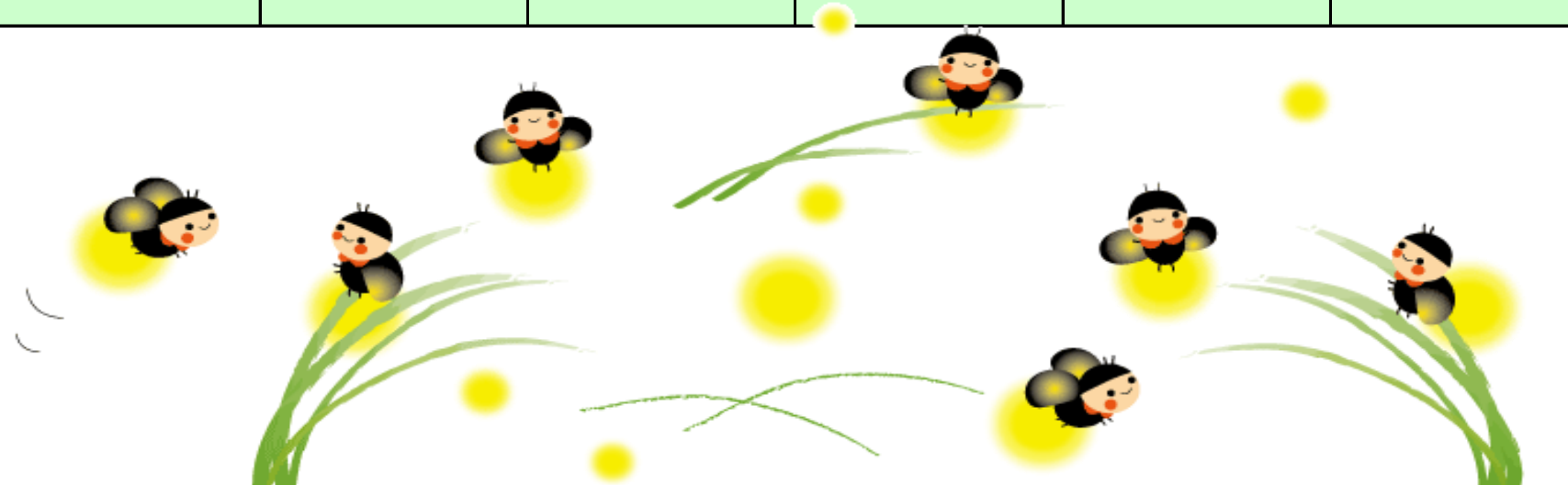




6月2日 (月)		6月3日 (火)		6月4日 (水)		6月5日 (木)		6月6日 (金)		6月7日 (土)		6月8日 (日)	
昼食	御飯135g 魚のハーブパン粉焼き 大根サラダ 豆乳スープ フルーツヨーグルト・みかん	御飯135g 鶏ミンチの五目蒸し オクラのごまよごし 赤だし(厚揚げ) 果物(ゴールドデンキウイ)	おにぎり(ゆかり) 冷やし中華 うの花炒り らっきょう漬 果物(パイナップル)	御飯135g 鮭のきのこ味噌焼き 人参しりしり 清汁(かまぼこ) 果物(ブルーベリー缶)	麦ご飯135g 信州蒸し 生姜醤油和え 雷汁 果物(黄桃缶)	御飯135g 鶏唐揚げのおろしかけ さつま芋の小倉煮 清汁(花麴) 果物(バナナ)	休 み						
	間食	やわらかサブレ	ふわふわワッフル(抹茶)	作) 人参ケーキ	たいやき	りんごカステラ		作) 水ようかん					
	夕食	御飯135g 肉じゃが 焼きなす 清汁(かにかまぼこ)	御飯135g 魚の紅葉焼き 辛子味噌和え 清汁(うずらの卵)	御飯135g 魚の竜田揚げ ひよとなます 清汁(おつゆ麴)	御飯135g 八宝菜 もやしのナムル 春雨スープ	御飯135g タンドリーチキン風 シーチキンサラダ 野菜スープ		御飯135g 鯖の生姜煮 菜種和え きりこみ汁					
6月9日 (月)		6月10日 (火)		6月11日 (水)		6月12日 (木)		6月13日 (金)		6月14日 (土)		6月15日 (日)	
昼食	御飯135g 揚げ魚のねぎソースかけ カニカマのなます 清汁(おつゆ麴) 果物(パイン缶)	牛丼 しめじのおろし和え べったら漬 清汁(かにかまぼこ) 果物(オレンジ)	御飯135g 魚のトマトソースかけ エビサラダ 豆乳スープ 果物(ブルーベリー缶)	<誕生会> ちらし寿司 とり天 ミニ茶碗蒸し 雷汁 果物(パイナップル)	<誕生会> ちらし寿司 鶏のみそ漬け焼き 梅肉和え 清汁(うずらの卵) フルーツヨーグルト・もも	御飯135g 蒸し魚の野菜あんかけ レモン和え きりこみ汁 果物(みかん缶)	休 み						
	間食	吹雪まんじゅう	作) デザートムース(メロン)	和菓子(梅雨あじさい)	ケーキ	ケーキ		作) 蒸しパン(コーヒー)					
	夕食	御飯135g 松風焼き オクラとひじきのしそ和え 清汁(もずく)	御飯135g 豆腐のふわふわ揚げ さつま芋の甘辛煮 きのこ汁	麦ご飯135g オイスター炒め 涼拌三絲 中華スープ	御飯135g ぶり大根 ブロッコリーの酢味噌かけ かき玉汁	御飯135g 揚げ魚の香味ソースかけ ひじきの炒り煮 赤だし(豆腐)		御飯135g 中華風肉汁炒め キムチ和え 春雨スープ					
6月16日 (月)		6月17日 (火)		6月18日 (水)		6月19日 (木)		6月20日 (金)		6月21日 (土)		6月22日 (日)	
昼食	麦ご飯135g 鶏肉の甲州蒸し 南瓜の小倉煮 かき玉汁 果物(バナナ)	御飯135g 魚のポテトソースかけ スパゲティサラダ 豆乳スープ 果物(黄桃缶)	御飯135g 千草焼き ちくわとおくらの和え物 雷汁 果物(みかん缶)	御飯135g 煮込みハンバーグ風 コロコロサラダ 白菜スープ 果物(オレンジ)	御飯135g 魚のカレー揚げ 人参金平 清汁(うずらの卵) 果物(パイナップル)	おにぎり(ごま塩) 肉うどん ブロッコリーのかにあんかけ らっきょう漬 フルーツヨーグルト・みかん	休 み						
	間食	もみじ饅頭(こしあん)	黒糖饅頭	作) 杏仁豆腐	バウムクーヘン	芋羊羹カステラ		作) レモンケーキ					
	夕食	御飯135g 鯖の塩焼き からし醤油和え 清汁(豆腐)	御飯135g 牛肉の柳川風 なすのみぞれかけ 清汁(おつゆ麴)	御飯135g 蒸し魚のごまだれかけ 炒り豆腐 きのこ汁	御飯135g やまと焼き 錦糸和え 清汁(花麴)	御飯135g 麻婆豆腐 春雨の酢の物 中華スープ		麦ご飯135g 鮭のポテト焼き 大豆サラダ ワカメスープ					
6月23日 (月)		6月24日 (火)		6月25日 (水)		6月26日 (木)		6月27日 (金)		6月28日 (土)		6月29日 (日)	
昼食	御飯135g チキンのマレngo風 卵サラダ 野菜スープ 果物(黄桃缶)	御飯135g 鯖の味噌煮 梅マヨ和え 清汁(かにかまぼこ) 果物(ゴールドデンキウイ)	御飯135g チキン南蛮 フレンチサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト・もも	麦ご飯135g 五目豆煮 べったら漬 冷や汁 果物(ブルーベリー缶)	御飯135g 鮭のムニエル コールスローサラダ 豆乳スープ 果物(オレンジ)	御飯135g 鶏の竜田揚げ えんどうと人参の甘煮 清汁(豆腐) 果物(バナナ)	休 み						
	間食	スイスバウム	あんドーナツ	黒糖ケーキ	作) 蒸しパン(小豆)	和菓子(西瓜)		作) シルキーコッタ(きなこ)					
	夕食	御飯135g 蒸し魚のくずあんかけ 塩昆布和え 清汁(エビボール)	御飯135g 豚肉のしそ焼き さつま芋のミルク煮 清汁(もずく)	御飯135g 里芋饅頭 菜果なます 雷汁	御飯135g 魚の酢豚風 蒸し鶏のごまだれ和え かに玉スープ	カレー 切干大根の煮物 漬物 味噌汁		御飯135g 鮭のちゃんちゃん焼き風 みぞれ和え 赤だし(厚揚げ)					
6月30日 (月)													
昼食	枝豆と梅の混ぜご飯 鯿の柚庵焼き 豆腐とオクラの梅しそ和え いわしのつみれ汁 果物(パイナップル)												
	間食												作) 水無月風くずもち
	夕食												御飯135g 牛肉の炒め ピーマンのおかか和え 清汁(かにかまぼこ)

