

# 予定献立

2023年6月

曜日	木	金	土	日	月	火	水	木
日にち	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	鮭の塩焼	卵とじ	ツナのマヨネーズ添え	厚焼玉子	納豆	玉子ロール	肉詰めいなりの煮物	エビシューマイ
	大根葉の炒り煮	インゲンのピーナツ和え	はんぺんの煮物	春菊のおかか和え	大根のひきな炒り	カリフラワーのおかか和え	ほうれん草の辛子和え	野菜の煮物
	梅干し・牛乳	フルーツ缶・牛乳	漬物・牛乳	漬物・牛乳	漬物・牛乳	昆布佃煮・牛乳	漬物・牛乳	梅干し・牛乳
昼食	チキンカレー	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	!!お楽しみメニュー!!	ご飯	ご飯
	福神漬	鶏肉の山椒焼	酢豚	ホキのタルタルソース焼	鶏肉のトマト煮	麦とろ豚丼みそ汁	焼肉	メヌケのネギ塩焼
	大根サラダ	ピーマンとひき肉の炒め	白滝のたらこ炒め	ゴーヤと豆腐の炒め物	和風スパゲティー	かぼちゃのエビあんかけ	刻み昆布とちくわの煮物	卵の花炒り
	バナナ	青梗菜のお浸し	白菜の昆布和え	ポイルエンドウの和風サラダ	オクラの梅肉和え	小松菜のポン酢和え	じゃがいもとウインナーのサラダ	わかめのサラダ
	オレンジ					漬物		
おやつ	スイスロール	あんパン	ととやき	ピーナツパン	どら焼き	ケーキ(マンゴー)	イチゴスペシャル	マドレーヌ
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	菜飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	豚肉の香味焼	タラのみぞれ煮	タンドリー風チキン	豚肉のはちみつ照焼	豆腐ステーキ	鶏のレモンバジル	サワラの西京焼	タンドリー風チキン
	さつまいもの甘煮	里芋とこんにゃくの味噌煮	がんもの煮物	ひじきの煮物	ふきの煮物	生揚げとしめじの炒め物	かぶの含め煮	山菜の炒り煮
	玉ねぎとツナのサラダ	小松菜のワサビ和え	ゆず大根	アスパラの中華サラダ	キャベツのお浸し	青梗菜とカニカマのサラダ	もやしときゅうりのサラダ	マロニーサラダ

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

# 予定献立

2023年6月

曜日	金	土	日	月	火	水	木	金
日にち	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝食	ロールパン わかめスープ ほうれん草 オムレツ インゲンの炒め物 フルーツ缶・牛乳	ご飯 みそ汁 サバの塩焼 菜の花のかまぼこ和え ゆずみそ・牛乳	ご飯 みそ汁 肉野菜炒め アスパラのお浸し 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 納豆 もやしの煮付け 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 ソフトいなりの煮物 青梗菜の和え物 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 ミートボール とろろ 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 温泉卵 キャベツの煮物 梅干し・牛乳	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ さつま揚げと玉ねぎの煮物 オレンジ・牛乳
昼食	ご飯 アジの蒲焼 ビーフン炒め 白菜のお浸し	冷やしそば 生揚げのおろし煮 キャベツの和え物 キウイフルーツ	ご飯 かに玉 きんぴらごぼう きゅうりの酢の物	ポークカレー 福神漬 カリフラワーのサラダ キウイフルーツ	ご飯 鶏肉の照焼 ぜんまいの煮物 さつまいもサラダ	ご飯 プリの幽庵焼 菜の花と卵のソテー スパゲティサラダ	ご飯 鶏肉の韓国照焼 ゴーヤの炒め物 玉ねぎとツナのサラダ	ご飯 さんまの塩焼 筍のきんぴら もやしのサラダ
おやつ	イチゴ蒸しパン	薄皮まんじゅう (宇治抹茶)	ババロアシューク リーム	ミニクリームパン	バームクーヘン	葛まんじゅう	原宿ドッグ (ココアバナナ)	パウンドケーキ
夕食	ご飯 みそ汁 ポークビーンズ 車麩の煮物 ポイルエンドウのサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉のガーリックソ テー じゃがいも千切り炒め モロヘイヤの生姜和え	ご飯 みそ汁 鮭の粕煮 鶏と冬瓜の煮物 なすの和え物	ご飯 みそ汁 サワラの南蛮漬 ピーマンのコンソメソテー オクラの磯辺和え	ご飯 みそ汁 生揚げとキャベツの味噌炒め 茶碗蒸し 白菜とザーサイの中華和え	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麹焼 かぶのポトフ 海藻サラダ	かおりご飯 みそ汁 ホッケの蒲焼 糸コンのたらこ炒め 小松菜とカニカマのお浸し	ご飯 みそ汁 豚肉とピーマンの細切り炒め 刻み昆布とちくわの煮物 モロヘイヤのお浸し

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

# 予定献立

2023年6月

曜日	土	日	月	火	水	木	金	土
日にち	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝食	ご飯 みそ汁 鮭缶 (大根おろし添え) スナップエンドウ の生姜炒め 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 カニシューマイ 白菜のお浸し のり佃煮・牛乳	ご飯 みそ汁 納豆 野菜の煮物 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 さんまの蒲焼 大根葉の炒り煮 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 旬彩焼 切昆布とちくわの 煮物 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 肉じゃが めかぶとろろ 梅干し・牛乳	食パン コーンスープ オムレツ アスパラとしめじの ソテー バナナ・牛乳	ご飯 みそ汁 ウインナーの 野菜炒め 大根の ゆかり和え 漬物・牛乳
昼食	↓父の日メニュー↓ 五目ご飯 かき揚げ なすとがんもの 煮物 冷奴 パイナップル・ ジョア	ご飯 豚肉の味噌焼 にらたま インゲンの 和え物	ご飯 カレイの ムニエル さつまいもの 甘煮 春菊の おかか和え	ご飯 八宝菜 ふきの油炒め きゅうりの酢の物	醤油ラーメン 水餃子 なすのお浸し キウイフルーツ	ご飯 松風焼 五目巾着の含め煮 カラフルサラダ	ご飯 豚肉の ネギ塩焼 きんぴらごぼう 小松菜の なめたけ和え 甘夏缶	ご飯 鶏のバーベキュー ソテー かぶの含め煮 わかめサラダ
おやつ	ロールケーキ (ショコラ)	水ようかん	酒まんじゅう	ショコラブッセ	クレープ (バニラ)	ドーナツ	やわらかおかき	甘納豆
夕食	ご飯 みそ汁 鶏肉の ハーブグリル 野菜しんじょう ほうれん草の ナムル	ご飯 みそ汁 きじ焼 けんちん風煮物 アスパラサラダ	ご飯 みそ汁 煮込み ハンバーグ 炒り豆腐 ブロccoliのサ ラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の南部焼 かぼちゃの甘煮 トマトと玉ねぎの サラダ	ご飯 みそ汁 豚肉の マーマレード焼 車麩の煮物 青梗菜の 中華和え	菜飯 すまし汁 アジの ゴマ味噌焼 ひじきの煮物 菜の花の辛子和え	ご飯 みそ汁 豆腐のふんわり天 インゲンの 甘辛煮 もやしのサラダ	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼 鶏と冬瓜の煮物 オクラの梅肉和え

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

# 予定献立

2023年6月

曜日	日	月	火	水	木	金		
日にち	25日	26日	27日	28日	29日	30日		
朝食	ご飯 みそ汁 ツナオムレツ ほうれん草のソテー 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 納豆 白菜のあっさり煮 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 オムレツ 青梗菜の柚子浸し 鯛味噌・牛乳	ご飯 みそ汁 鮭の粕漬焼 長芋の千切り磯和え 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 目玉焼風オムレツ オクラのおかか和え 梅干し・牛乳	ご飯 みそ汁 カニシューマイ アスパラとコーンのサラダ フルーツ缶・牛乳		
昼食	ご飯 プリの煮付 里芋のベーコンソテー 春雨の和え物	ご飯 豚肉の甘酢炒め さつま揚げと玉ねぎの煮物 パンプキンサラダ	ご飯 鶏肉の竜田焼 かぶのポトフ カリフラワーのサラダ バナナ	ご飯 豚肉のくわ焼 野菜の精進炒め インゲンのマヨ添え	ゆかりご飯 サワラのネギ味噌焼 がんもの煮物 ほうれん草の辛子和え オレンジ	ご飯 豚玉 糸コンのたらこ炒め モロヘイヤの生姜和え		
おやつ	カスタードケーキ	ドームケーキ カスタード	アイス	黒糖まんじゅう	エクレア	人形焼		
夕食	ご飯 みそ汁 鶏肉の唐揚ネギソース 生揚げの生姜煮 キャベツの和え物	ご飯 みそ汁 タラの香味焼 エビシューマイ ブロッコリーのおかかサラダ	菜飯 みそ汁 豚肉の塩麴焼 スナップエンドウの炒め物 菜の花のピーナツ和え	ご飯 みそ汁 鶏つくね照焼 もやしの三色炒め 海藻サラダ	ご飯 みそ汁 豚肉のオイスターソース炒め ゼンマイと油揚げの煮物 キャベツのごま和え	ご飯 みそ汁 鶏ひき肉の磯辺焼 じゃがいものポトフ風 春菊のお浸し		

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。