

6月献立表

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|---|---|
| | 2024/06/01 | 2024/06/02 | 2024/06/03 | 2024/06/04 | 2024/06/05 | 2024/06/06 | 2024/06/07 |
| 朝 | 食パン (60g・ジャム) カワラ-と竹輪の香味ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) プレーンオムレツ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) パンプキンサラダ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 洋風だし巻き卵 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ポテトサラダ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ひじきと豆の和風マヨサラダ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 照り焼き風肉団子 牛乳 |
| 昼 | ごはん 鶏肉のさっぱり煮 キャベツとツナの炒め物 浅利と油揚げの味噌汁 ミルク寒天の香ソースかけ | ごはん ｸﾞﾗﾝﾄﾞ西京焼き 切干大根と鶏肉の煮物 インゲンのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え えのきと椎茸の清汁 | ごはん 白身魚の唐揚げ ﾍﾞｰｺﾝと枝豆のソテー 大根葉としめじの味噌汁 黄桃缶 | ごはん 醤油ラーメン えびシューマイ カリフラワーのサラダ | ごはん ハンバーグ(きのこソース) 金時豆煮 ほうれん草と平天の和え物 絹揚げとワカメの味噌汁 | ごはん 豚肉の生姜煮 白オといかのとろみ炒め ブロッコリーの和え物 青梗菜としめじの味噌汁 | ごはん 海老ｶﾛﾆｸﾞﾗﾝﾄﾞﾌﾗｲ2個 もやしとニラの炒め物 白オの味噌汁 洋なし・ﾊﾞｲﾝ缶 |
| お | ﾛｽﾞｼﾞｻﾞﾝｶｯﾌﾟ ｹｰｷ | ﾊﾟﾝﾅｺｯﾀ (ﾖｰｸﾞﾙﾄ風味) | ﾁｻﾞｺﾞﾜｯﾌﾟﾙ | くずまんじゅう(抹茶・紫芋) | みるくまんじゅう(白あん) | しっとりどら焼き(ｶｽﾀｰﾄﾞ) | きな粉ｼﾞｻﾞﾝｶｯﾌﾟ ｹｰｷ |
| 夕 | ごはん ホキのﾋﾟｶﾀ 茎わかめと絹揚げの炒め煮 スパゲティサラダ 大根の味噌汁 | ごはん 豚肉ともやしの和風炒め 高野豆腐の煮物 さつま芋サラダ 青梗菜とｶﾏﾎﾞｺの味噌汁 | ごはん 擬製豆腐 大根と豚肉の炒め物 小松菜とちりめんの和え物 里芋と白ネギの味噌汁 | ごはん 肉じゃが(牛肉) 茄子の揚げ浸し おくらと巻麩の味噌汁 みかん缶 | ごはん ｲﾝｸﾞの生姜煮 キャベツとウインナーの炒め物 大根の味噌汁 | ごはん ｶﾞの塩焼き 山芋と竹輪の煮物 もずく酢 豆腐の味噌汁 | ごはん 鶏肉のくわ焼き 高野豆腐の煮物 うまい菜のごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 茄子の味噌汁 |
| | 2024/06/08 | 2024/06/09 | 2024/06/10 | 2024/06/11 | 2024/06/12 | 2024/06/13 | 2024/06/14 |
| 朝 | 食パン (60g・ジャム) 5品目具材の玉子焼き 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ブロッコリーのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ミートオムレツ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 野菜ミンチ巻き 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ぎせい豆腐 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 磯巻き卵 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ﾊﾞﾑﾁｰｽﾞﾋﾟｶﾀ 牛乳 |
| 昼 | ごはん ﾀﾗの香草パン粉焼き 大豆と鶏肉のﾄﾏﾄ煮 白オと大根葉のお浸し じゃが芋と白葱の味噌汁 | ごはん 鶏チﾘ(中華風) 冷やし冬瓜 おくらのかか和え 浅利と油揚げの味噌汁 | 散らし寿司 里芋のそぼろ煮 玉葱とキャベツの味噌汁 みかん缶 | チキンカレー(大豆) らっきょ ｷﾞﾔﾂとｺｰﾝの和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 洋なし缶 | ごはん 白身魚の竜田揚げ 金平ごぼう 南瓜のサラダ 豆腐の味噌汁 | ごはん 焼ﾌﾞの南蛮漬け ひじきと豚肉の炒め煮 チンゲンサイとえのきの和え物 絹揚げと大根葉の味噌汁 | ごはん 焼ﾌﾞの南蛮漬け ひじきと豚肉の炒め煮 チンゲンサイとえのきの和え物 絹揚げと大根葉の味噌汁 |
| お | もっちりたい焼きあん | ケーキ 紅茶 | 黒糖ソフトマフィン | 杏仁豆腐苺ソースかけ | おかしなバナナ | 水ようかん | 黒糖まんじゅう(白あん) |
| 夕 | ごはん 豚肉の野菜炒め 切干大根の煮物 奴豆腐 玉葱とワカメの赤だし | ごはん 白身魚の煮付け れんこんと豚肉の金平 キャベツと平天の和え物 チンゲン菜の味噌汁 | ごはん 豚肉と大根の利休煮 いかふくさ焼き ｲﾝｸﾞとﾊﾟﾌﾞﾘｶのスローサラダ とろろ昆布と花麩の清汁 | ごはん 赤魚の焼き浸し れんこんと豚肉の炒り煮 大根のごま酢 絹揚げと白ネギの味噌汁 | ごはん 回鍋肉 一口がんもの煮物 浅利と椎茸の味噌汁 マンゴー缶 | ごはん 鶏肉のマスタード焼き 大豆煮 マカロニサラダ 南瓜の味噌汁 | ごはん 絹揚げの炊き合わせ 白オと豚肉のとろみ炒め ポテトサラダ アサリとワカメの味噌汁 |
| | 2024/06/15 | 2024/06/16 | 2024/06/17 | 2024/06/18 | 2024/06/19 | 2024/06/20 | 2024/06/21 |
| 朝 | 食パン (60g・ジャム) マカロニサラダ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) いかつみれ(ｺﾝﺿﾞﾒ) 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) お魚厚揚げの煮物 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 千草焼き 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) 大豆ﾐｰﾄﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ(野菜ソース) 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) ﾁｰｽﾞと野菜のﾌﾞﾚｯﾄﾞ 牛乳 | 食パン (60g・ジャム) チキンピカタ 牛乳 |
| 昼 | ごはん 豚カツの卵とじ 金時豆煮 ﾌﾞﾚｯﾄﾞのおからサラダ しめじの味噌汁 | 海鮮散らし寿司 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 みかん缶 茶碗蒸し | ごはん 鶏の唐揚げ 卵の花 ほうれん草と竹輪の和え物 じゃが芋とワカメの味噌汁 | ごはん ホキのグリル ｶﾞﾗ-とﾍﾞｰｺﾝのソテー キャベツと絹あげの赤だし ﾖｰｸﾞﾙﾄのﾏﾝｺﾞｰソースかけ | ごはん 炊き込み御飯 鶏肉の塩麹蒸し じゃが芋と平天の旨煮 胡瓜のレモン酢和え 油揚げと白ねぎの味噌汁 | ごはん 牛肉コロッケ 大豆とキャベツのじゃこ炒め ﾌﾞﾚｯﾄﾞと油揚げのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え 牛蒡と大根葉の味噌汁 | ごはん 牛肉コロッケ 大豆とキャベツのじゃこ炒め ﾌﾞﾚｯﾄﾞと油揚げのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え 牛蒡と大根葉の味噌汁 |
| お | ワッフル | 手作りメロンゼリー | もっちりたい焼きクリーム | みかんジャムパン | 和菓子(きんづば) | ムースシュー | 豆乳かすてら |
| 夕 | ごはん ｶﾞの味噌煮 筑前煮 キャベツとナメコの和え物 玉葱と青梗菜の清汁 | ごはん 煮込みハンバーグ しろなとツナのソテー ｶﾞﾗ-のﾊﾞﾝﾊﾞﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 油揚げと椎茸の味噌汁 | ゆかり御飯 ホッケのたれ焼き 絹揚げの煮物 大根と人参の生酢 ふわふわ卵の味噌汁 | ごはん 豚肉のごま醤油炒め かにシューマイ 南瓜のサラダ 白オと大根葉の味噌汁 | ごはん 白身魚の生姜煮 大根と豚肉の炒め物 コールスローサラダ ソーメンの味噌汁 | ごはん 三色稲荷の炊き合わせ 手作り胡麻豆腐 白オと竹輪の和え物 チンゲン菜の味噌汁 | ごはん 豚肉の山椒煮 オクラのとろろ和え キャベツと大根の味噌汁 杏仁豆腐とﾌﾙｯ缶の盛 |

.....

.....

.)

め

汁

.....

和え

.....

汁
合せ