



6月分献立表



	月	火	水	木	金	土
						1日
選択食						A: ほっけ塩焼き B: 肉豆腐
通常献立						米飯 ぜんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁
おやつ						ミニマフィン
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
選択食	A: 鯖のカレー風味焼き B: 豚肉と玉子の炒め物	新生姜御膳	A: カレイのキノコあんかけ B: 鶏肉の南部焼き	A: 鱈の焼きびたし B: 牛肉のブルコギ風	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 豚肉の生姜炒め	長寿ご飯の日
通常献立	米飯 カリフラワーのスープ煮 ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ缶	新生姜ご飯 鶏肉の山椒味噌焼き <small>海老団子と茄子の煮物・山羊の梅肉和え</small> お吸い物・杏仁豆腐	米飯 卵の花 しろ菜の磯和え 冬瓜の吸い物	米飯 チンゲン菜のクリーム煮 冷奴(中華風) わかめスープ	米飯 里芋の煮ころがし 白菜の辛子和え 味噌汁	えだ豆ご飯 豚肉の冷しゃぶ ブロッコリーと海老のソテー 茄子の生姜和え・味噌汁
おやつ	ぼんせん	田舎まんじゅう	カスタードケーキ	巨峰ゼリー	エクレア	酒まんじゅう
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
選択食	A: ホキの野菜あんかけ B: 鶏肉の照り焼き	A: 鮭のみぞれかけ B: 牛肉甘辛炒め	A: 鯖の焼き浸し B: 豚肉の塩だれ炒め	A: 赤魚の粕漬け B: 鶏肉のおろし煮	A: 鱈の蒲焼 B: 牛肉の炒め煮	A: 鯖の梅煮 B: コロッケ
通常献立	米飯 さつまいものオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え 味噌汁	米飯 キャベツと薄揚げの煮びたし かき玉子汁 胡瓜の酢の物	米飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	米飯 蓮根ののりきんぴら 白和え 味噌汁	米飯 茄子の揚げ浸し カリフラワー甘酢和え 味噌汁	米飯 チンゲン菜の炒め物 冬瓜の冷やし鉢 味噌汁
おやつ	薄皮利休	ワッフルステッ	豆乳まんじゅう	ミニショコラマフィン	おかしなバナナ	やわらかおかき
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
選択食	穴子ちらし寿司膳	長寿ご飯の日	A: 鯖の味噌煮 B: 牛焼き肉	A: 鮭の更紗あんかけ B: 豚肉の吉野煮	A: カレイの香味ソース B: 照り焼きハンバーグ	A: 鯖のカレーニエル B: スペイン風オープンオムレツ
通常献立	穴子のちらし寿司 冬瓜のそぼろ煮 胡瓜とみょうがの酢の物 お吸い物・ゼリー	新生姜ご飯 天ぷら盛り合わせ ほうれん草のおきな和え 赤だし	米飯 蓮根の炒め物 オクラのおかか和え お吸い物	米飯 しらたきの明太子炒め いんげんのごま和え 味噌汁	米飯 ビーフンソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ	米飯 きのこのソテー ほうれん草のお浸し コンソメスープ
おやつ	ふわっと(えび味)	カルシウムせんべい	キングドーナツ	うさぎまんじゅう	ココアロール	たい焼きクリーム
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
選択食	A: 白身魚のピカタ B: ポークカレー	A: 海老団子と白菜の野菜あん B: 青椒肉絲	A: さらき蒸し B: 肉うどん	A: ホキの照り焼き B: 豚大根	長寿ご飯の日	A: 太刀魚の煮つけ B: 鶏肉のレモン焼き
通常献立	米飯(A) キャベツのレモン和え コンソメスープ(A)・お漬物(B) ヨーグルト	米飯 小松菜の炒め物 大根の甘酢和え 中華スープ	梅ちりご飯(A) 梅ちりご飯(半量)(B) 厚揚げの甘辛炒め・きゅうり汁和え お吸い物(A)ゼリー(B)	米飯 高野豆腐の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 味噌汁	米飯 チキン南蛮 さつまいものおろし煮 切干大根の酢の物・味噌汁	米飯 卵の花 二色浸し 冬瓜の吸い物
おやつ	黒糖棒	シュークリーム	やわらかおかき	レモンケーキ	フルーツ	マドレーヌ