

6月 月間献立表

	月曜日 5/26	火曜日 5/27	水曜日 5/28	木曜日 5/29	金曜日 5/30	土曜日 5/31	日曜日 6/1
朝食							食パン スクランブルエッグ マンゴー缶 牛乳
昼食							赤飯 天ぷら 白菜の群の物 すまし汁(豆腐、とろろ) いちごゼリー
夕食							ご飯 鶏肉の生姜焼き 大根の煮物 菜の花の和え物 味噌汁(もやし、人参)
	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8
朝食	ご飯 味噌汁(キャベツ、えのき) 厚焼き卵 梅びしお	食パン ポテトサラダ バインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(チンゲン菜、丸天) 切干大根の煮付け たいみそ	食パン 肉団子のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋、大根菜) 金平ごぼろ のり佃煮	食パン ベイクドエッグポテト みかん缶 牛乳	食パン マカロニサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	ゆかりご飯(小) 肉うどん チンゲン菜の炒め物 ぶどうムース	ご飯 鯉のムニエル(クリームソース) マカロニソテー ごぼうサラダ コンソメスープ(大根、人参)	ご飯 豚肉のてりたま炒め 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁(蓮根、えのき)	ご飯 鯉の葱ソース ふくさ卵 春菊の白和え 味噌汁(里芋、椎茸)	ご飯 鶏肉の粗挽きマスタート焼き キャベツとピーマンのソテー 春雨のマヨネーズ オニオンスープ	ご飯 メバルの塩焼き 蓮根の煮物 いんげんのごま和え 味噌汁(チンゲン菜、丸天)	ご飯 ハンバーグ きのこあん 冬瓜の翡翠煮 ひじきのゴトシラサダ すまし汁(とろろ、椎茸)
夕食	ご飯 鯉の山椒煮 蓮根の甘辛炒め いんげんのゆず酢和え 味噌汁(玉ねぎ、鮎)	ご飯 豆腐ステーキ肉味噌がけ かき玉汁 小松菜のお浸し かき玉汁	ご飯 白身魚の二色揚げ じゃが芋の甘辛煮 スナップエンドウの和え物 味噌汁(もやし、大根菜)	夏野菜カレー ツナサラダ ブルーベリーヨーグルト	ご飯 赤魚のおろし煮 茄子のピリ辛炒め 白菜の浅漬け 味噌汁(鮎、油揚げ)	ご飯 鶏肉のはちみつ焼き 厚揚げと野菜の塩炒め 胡瓜の青じそ和え 味噌汁(春菊、ごぼう)	ご飯 鯉の味噌煮 さつま芋の天ぷら おくらのお浸し かき玉汁
	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14	6/15
朝食	ご飯 味噌汁(チンゲン菜、もやし) お麩の卵とじ 梅びしお	食パン 南瓜のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋、大根菜) ちくわとピーマンの金平 たいみそ	食パン たまごサラダ バインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜、えのき) 大豆とひじきの煮物 のり佃煮	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	イエローロール ポテトサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	散らし寿司 ごぼうの煮物 赤だし(鮎、わかめ) 抹茶パエリア	ご当地メニュー(大分県) ご飯 とろろ 白菜の柚子和え 味噌汁(さつま芋、えのき)	ご飯 鯉のちり煮 じゃが芋の甘辛煮 胡瓜の和え物 味噌汁(油揚げ、椎茸)	ご飯 豚肉の甘辛炒め 南瓜の煮物 春菊の辛子和え 味噌汁(蓮根、竹輪)	ご飯 鯉の和風ムニエル(夏野菜ソース) 大根の炒め物 おくらのお浸し 味噌汁(チンゲン菜、玉ねぎ)	ご飯 鶏肉の葱塩焼き 長芋の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁(冬瓜、椎茸)	ご飯 鯉の野菜あんかけ 茄子の炒め物 いんげんのお浸し すまし汁(おくら、鮎)
夕食	ご飯 肉じゃが 大根の炒め物 春菊のピーナッツ和え すまし汁(はんぺん、人参)	ご飯 鯉の醤油焼 炒り玉子 小松菜のおかか和え すまし汁(豆腐、蒲鉾)	他人丼 冬瓜の煮物 ブロッコリーの塩昆布和え 味噌汁(おくら、人参)	ご飯 サーモンフライ ナポリタンソテー ズッキーニサラダ オニオンスープ	ご飯 かき玉中華あんかけ 野菜シュウマイ キャベツの中華和え 中華スープ(豆腐、わかめ)	ご飯 赤魚の煮つけ もやしとにらの炒め物 白菜の和え物 味噌汁(ごぼう、えのき)	赤飯 豚肉のスタミナ炒め 茶碗蒸し チンゲン菜のおかか和え メロン
	6/16	6/17	6/18	6/19	6/20	6/21	6/22
朝食	ご飯 味噌汁(さつま芋、はんぺん) 厚焼き卵 梅びしお	丸ロールパン スクランブルエッグ バインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋、丸天) 切干大根の煮付け たいみそ	食パン 南瓜のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(冬瓜、大根菜) 金平ごぼろ のり佃煮	食パン ベイクドエッグポテト みかん缶 牛乳	食パン マカロニサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	ご飯 鶏肉の甘辛炒め かき玉シュウマイ もやしのナムル わかめスープ	ご飯 メバルの煮付け じゃが芋の炒め物 ほうれん草の和え物 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	ご飯 豚肉と冬瓜の照り煮 温奴 味噌汁(椎茸、ちくわ) 抹茶ゼリー	ご飯 赤魚の粕漬焼き 炒り玉子のあんかけ 小松菜の塩昆布和え すまし汁(素揚げ、えのき)	ご飯 鶏肉の粗挽きマスタート焼き 里芋のそぼろあん いんげんのゆず醤油和え かき玉汁	シーフードカレー キャベツのサラダ アセロラゼリー	わかめごはん(小) お好み焼き ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁(丸天、小松菜) オレンジゼリー
夕食	ご飯 揚げ出し豆腐 蓮根の炒め物 スナップエンドウのごま和え 味噌汁(小松菜、えのき)	ご飯 鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーとピーマンのソテー コンソメスープ(南瓜、きのこ) フルーツゼリー	ご飯 鯉の竜田揚げ 白菜の煮浸し 春雨の群の物 味噌汁(蓮根、人参)	赤かぶ青菜ご飯(小) 焼きそば 胡瓜の和え物 味噌汁(じゃが芋、しめじ) バナナムース	ご飯 鯉の西京焼き ピーマンソテー おくらのお浸し すまし汁(白菜、鮎)	ご飯 八宝菜 甘酢肉団子 もやしの中華和え 中華スープ(大根、コーン)	ご飯 アジフライ 大根と厚揚げの煮物 スナップエンドウの和え物 すまし汁(はんぺん、鮎)
	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27	6/28	6/29
朝食	ご飯 味噌汁(チンゲン菜、もやし) お麩の卵とじ 梅びしお	食パン 肉団子のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋、大根菜) ちくわとピーマンの金平 たいみそ	食パン たまごサラダ バインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(チンゲン菜、しめじ) 大豆とひじきの煮物 のり佃煮	食パン スパゲティサラダ みかん缶 牛乳	食パン スクランブルエッグ マンゴー缶 牛乳
昼食	ご飯 鯉のバター醤油焼き 茄子の炒め物 キャベツの浅漬け 味噌汁(おくら、人参)	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め えびシュウマイ わかめスープ マンゴープリン	ご飯 鯉のトマトソースがけ いんげんのソテー 白菜のサラダ コンソメスープ(きのこ、コーン)	ご飯 和風ハンバーグ ピーマンの炒め物 海草サラダ 味噌汁(ちくわ、鮎)	ご飯 白身魚の磯部揚げ 南瓜の煮物 おくらのお浸し 味噌汁(さつま芋、玉ねぎ)	三色そぼろ丼 ごぼうの煮物 胡瓜のドレッシング和え 味噌汁(椎茸、油揚げ)	ご飯 鯉の漬け焼き 小松菜の煮浸し カリフラワーの和え物 味噌汁(じゃが芋、わかめ)
夕食	ご飯 豆腐の野菜あんかけ じゃがいものツナ炒め 胡瓜とハムの和え物 味噌汁(ごぼう、玉ねぎ)	鯉の散らし寿司 蓮根の煮物 ほうれん草のお浸し すまし汁(鮎、蒲鉾)	ご飯 五目厚焼き卵 ブロッコリーとしめじの炒め物 もやしの柚子醤油和え すまし汁(豆腐、椎茸)	赤魚の味噌マヨネーズ焼 小松菜の辛子和え すまし汁(素揚げ、三つ葉) ぶどうムース	ご飯 豚肉と茄子の旨煮 筍とちくわの塩炒め いんげんのゆず酢和え かき玉汁	ご飯 メバルの幽庵焼 さつま芋のレモン煮 白菜の群の物 味噌汁(キャベツ、冬瓜)	ご飯 麻婆豆腐 チンゲン菜の中華炒め いんげんの中巻和え 中華スープ(キャベツ、ニラ)
	6/30						
朝食	ご飯 味噌汁(キャベツ、えのき) 厚焼き卵 梅びしお						
昼食	夏越の縁 ご飯 豚肉ときこの焼肉炒め ひじきの炒り煮 すまし汁(とろろ、三つ葉) 水無月						
夕食	ご飯 麻婆豆腐 チンゲン菜の中華煮 もやしの中華和え 中華スープ(絹さや、かまぼこ)						