



6月分献立表



	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
選択食			A: 鯖の南部焼き B: 牛肉の炒め煮	A: 鯖の梅煮 B: 豚肉のくわ炒め	A: ホキのムニエル B: スパゲティミートソース	A: ほっけの七味焼き B: 鶏肉の味噌だれ焼き
通常献立			ご飯 茄子の揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え お吸い物	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冬瓜の冷やし鉢 味噌汁	ご飯 (B半量) ソーセージ炒め フレンチサラダ コンソメスープ (A) プリン (B)	ご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物
おやつ			紅葉饅頭	レモンケーキ 	抹茶饅頭	ミニブルーベリーマフィン
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: 白身魚のフライ B: 豚テキ風	A: 赤魚の塩麴焼き B: 豚肉の吉野煮	長寿ご飯の日	A: 鯖のムニエル B: スペイン風オープンオムレツ	A: 鯖のねぎ味噌焼き B: 鶏肉の生姜焼き	 新生姜御膳
通常献立	ご飯 白菜とベーコンの煮物 しそドレ和え 南瓜のポタージュ	ご飯 しらたきの明太子炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁	いなり寿司 ししゃもの天ぷら 胡瓜のおろし和え 金時豆・茶そば	ご飯 きのこのソテー ほうれん草の洋風お浸し コンソメスープ	ご飯 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物	新生姜ご飯 鶏肉の山椒味噌焼き 海老団子と茄子の煮物・山芋の梅肉和え お吸い物・白玉ミルク
おやつ	ロールケーキいちご	田舎饅頭	カスタードケーキ	水羊羹小豆	エクレア	酒饅頭 
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: 鮭のバター焼き B: 鶏天	A: ほっけの漬け焼き B: 豚じゃが	A: 鯖の梅おろしポン酢 B: 牛肉の柳川風	A: 太刀魚の柚子香煮 B: 鶏肉の照り焼き	A: 鯖の焼き浸し B: 焼き餃子	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 胡瓜の酢の物 金時豆 味噌汁	ご飯 高野豆腐の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 お吸い物	ご飯 いんげん豆のじゃこ炒め 茄子のお浸し 味噌汁	ご飯 卵の花 二色浸し お吸い物	ご飯 野菜炒め 中華スープ オレンジゼリー	枝豆ご飯 豚肉の冷しゃぶ ブロッコリーとあさりのにんにく炒め 焼き茄子・お吸い物
おやつ	薄皮利休 	ワッフルスティック	豆乳饅頭	 手作りおやつ 	 キウイ	チョコカステラ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
選択食	 穴子ちらし寿司膳	A: ほっけの塩焼き B: 鶏肉の治部煮	A: エビフライ B: 豚肉のカレー炒め	A: 鯖のおろし煮 B: 牛肉とブロッコリーの炒め物	A: ホキの照り焼き B: 豚肉とじゃが芋の煮物	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 鶏肉の竜田揚げ
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 茶碗蒸し・あじさいゼリー	ご飯 ピーマンの当座煮 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	ご飯 キャベツのコンソメ煮 大根のサラダ トマトスープ	ご飯 白菜の煮物 中華風春雨 中華スープ	ご飯 がんもの炊き合わせ なます 味噌汁	ご飯 冬瓜の煮物 いんげんの胡麻和え 味噌汁
おやつ	牛乳ケーキ	黄味あん饅頭 	キングドーナツ	黒糖棒	ココアロール	鯛焼きクリーム
	27日	28日	29日	30日		
選択食	A: ホキのクリームソースがけ B: ミートローフ	長寿ご飯の日	A: 赤魚の照り焼き B: 鶏肉の山椒煮	A: 鯖の梅煮 B: 豚肉の塩だれ炒め		
通常献立	ご飯 キャベツのコンソメ煮 ブロッコリーのピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯 カレイの南蛮漬け 鶏肉とごぼうのきんぴら ほうれん草のおきな和え・お吸い物	ご飯 焼き茄子 アスパラのお浸し 味噌汁	ご飯 ぜんまいの炒り煮 胡瓜の酢の物 味噌汁		
おやつ	うさぎ饅頭	シュークリーム	黒胡麻饅頭	マドレーヌ		