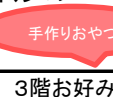
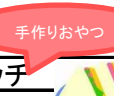




献立表6月

	月	火	水	木	金	土	日
朝	1日 味噌雑炊 炒り卵の花 ブロッコリーのおかか和え 梅干し ヤクルト	2日 ごはん 味噌汁 厚焼卵 ほうれん草のピーナツ和え ふりかけ オレンジジュース	3日 ごはん 味噌汁 もやしのさっと煮 マカロニサラダ ふりかけ アシドミルク	4日 ごはん 味噌汁 金平牛蒡 インゲンの生姜和え 青しその実漬 ヤクルト	5日 ごはん 味噌汁 ひじきの煮物 菜花のお浸し さくら漬 ローリー	6日 食パン コンソメスープ オムレツ ポテトサラダ マーガリン 牛乳	7日 ごはん 味噌汁 細切昆布ごま炒め煮 胡瓜酢の物 しば漬 オレンジジュース
昼	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 白菜お浸し 中華スープ パイン缶	ごはん あじのカレームニエル 大根金平風 味噌汁 オレンジ	ハヤシライス ドレッシング和え 野菜スープ 杏仁豆腐	三色丼 大根酢の物 すまし汁 黄桃缶 	ゆかりごはん 五目にゆうめん 里芋の味噌煮 フルーツカクテル	ごはん 鯖の塩麹焼 イカボールの旨煮 具沢山味噌汁 パイン缶	ごはん 鶏肉の照焼 五目豆煮 味噌汁 ヨーグルト和え
おやつ	なごやん	抹茶まんじゅう	ももゼリー	2階お好み焼き3階セレクト	マドレーヌ	田舎まんじゅう	カステラ
夕	ごはん カレイの煮付 里芋のサラダ 味噌汁 高菜漬	ごはん 麻婆豆腐 春雨中華和え 中華スープ 刻み沢庵	ごはん 肉豆腐 オクラのポン酢和え 味噌汁 さくら漬	ごはん 白身魚の唐揚げみぞれポン酢かけ ほうれん草ののりがけ 味噌汁 しそ昆布佃煮	ごはん 鯖のちゃんちゃん焼き えんどうのドレッシング和え すまし汁 キューちゃん漬	ごはん 豚肉のしぐれ煮 青梗菜のナムル すまし汁 めしどろぼう	ごはん ホキのオーロラソースかけ 大根の煮付 味噌汁 刻み沢庵
朝	8日 もずく雑炊 青梗菜のソテー 佃煮金時豆 梅干し ヤクルト	9日 ごはん 味噌汁 五目揚げ豆腐みぞれ煮 菜花のナムル さくら漬 ヨーグルト	10日 ごはん 味噌汁 味付け肉団子 えんどうの胡麻マヨネーズ和え ふりかけ アシドミルク	11日 バターロール コンソメスープ キャベツのソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	12日 ごはん 味噌汁 切干大根の煮物 青梗菜の胡麻和え 鯛味噌 アシドミルク	13日 ごはん 味噌汁 厚焼卵 菜花のわさび和え しそ昆布佃煮 アシドミルク	14日 かに雑炊 細切昆布の煮物 卵豆腐 梅干し ローリー
昼	ごはん タラのチリソース 白菜ゆかり和え 味噌汁 黄桃缶	しらす丼 ブロッコリーかにあんかけ けんちん汁 パイン缶	いなり寿司 かき玉うどん 茄子香味炒め みかん缶 	ごはん 鶏とじゃが芋のチンジャオロース インゲンのピーナツ和え 味噌汁 フルーツカクテル	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の辛子和え 味噌汁 洋梨缶	枝豆ごはん 鮎の甘露煮 ブロッコリーの胡麻マヨネーズ和え とろろ昆布汁 パイン缶	カレーライス コロケ ブロッコリーとレタスのサラダ フルーツカクテル
おやつ	ドーナツ	ミルクケーキ	2階セレクト 3階お好み焼き	カスタードケーキ	ぶどうゼリー	もみじまんじゅう	水羊羹
夕	ごはん 豆腐ステーキの肉味噌かけ 和風サラダ すまし汁 青しその実漬	ごはん 香り煮豚 オクラのポン酢わさび和え 味噌汁 キューちゃん漬	ごはん 鰻の生姜煮 里芋のゆず味噌かけ すまし汁 白菜漬	ごはん 鯖のムニエル 大根サラダ すまし汁 つぼ漬	ごはん 家常豆腐 ブロッコリーの胡麻ソース 春雨スープ しば漬	ごはん チャプチェ キャベツのナムル 韓国風スープ キューちゃん漬	ごはん 鶏肉の山椒焼 胡瓜とトマトの青じそ和え 味噌汁 めしどろぼう
朝	15日 ごはん 味噌汁 ひじきの煮物 胡瓜酢の物 さくら漬 オレンジジュース	16日 ごはん 味噌汁 高菜ソテー 昆布豆煮 しば漬 ヨーグルト	17日 ごはん 味噌汁 小松菜の煮物 カリフラワードレッシング和え ふりかけ ローリー	18日 卵雑炊 切干大根の煮物 いんげんのおかか和え 梅干し ヤクルト	19日 ごはん 味噌汁 さつま揚げの煮付 白菜の胡麻和え 青しその実漬 アシドミルク	20日 黒糖ロールパン コーンポタージュ 青梗菜のソテー ポテトサラダ 牛乳	21日 ごはん 味噌汁 もやしのさっと煮 昆布豆煮 のり佃煮 ヤクルト
昼	ごはん アジフライ さつま芋サラダ コンソメスープ 黄桃缶	牛丼 コールスローサラダ すまし汁 オレンジ 	ごはん メンチカツ がんもどきの煮付け 味噌汁 パイン缶	ごはん 豚バラのどて煮風 豆腐とわかめのサラダ すまし汁 フルーツカクテル	なめし御飯 とろろそば ひじきと竹輪の煮物 みかん缶	散らし寿司 金平牛蒡 すまし汁 洋梨缶	ごはん チキン南蛮 里芋の煮付け 味噌汁 バナナ
おやつ	ワッフル	サンドイッチ 	紫芋まんじゅう	焼きドーナツ	シュークリーム	たい焼き	プリン
夕	ごはん 青椒肉絲 湯豆腐 味噌汁 ゆず大根	ごはん 和風豆腐ハンバーグ 南瓜のそぼろあんかけ すまし汁 つぼ漬	ごはん タラの生姜煮 白菜の甘酢和え 味噌汁 キューちゃん漬	ごはん 鯖の香味焼き オクラのポン酢ワサビ和え 味噌汁 しば漬	ごはん 鯖の味噌煮 胡瓜の酢の物 すまし汁 刻み沢庵	ごはん 豆腐団子の落とし揚げ 菜花のナムル 味噌汁 高菜漬	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の辛子和え 味噌汁 青しその実漬
朝	22日 ごはん 味噌汁 味付け肉団子 カリフラワーのおかか和え 白菜漬 ローリー	23日 ごはん 味噌汁 魚河岸揚げの煮付け 菜花の辛子和え かつおたくあん オレンジジュース	24日 味噌雑炊 厚焼卵 カリフラワーと胡瓜の酢の物 梅干し ヨーグルト	25日 ごはん 味噌汁 炒り卵の花 ほうれん草のおかか和え ふりかけ アシドミルク	26日 麦ごはん とろろ汁 炒り豆腐 青梗菜の胡麻和え しば漬 ローリー	27日 バタースティックパン コーンポタージュ オムレツ ブロッコリーと胡瓜のサラダ 牛乳	28日 ごはん 味噌汁 炒り豆腐 オニオンレモン醤油和え さくら漬 オレンジジュース
昼	ひじきごはん 赤魚の煮付 白菜ゆかり和え 味噌汁 フルーツカクテル 	ドライカレー キャベツサラダ マカロニスープ 黄桃缶	きじ焼丼 和風サラダ ゆず風味すまし汁 パイン缶	ごはん半分 亀山味噌焼きうどん 大根サラダ 洋梨缶	ごはん 鶏肉の味噌マヨネーズ焼 もやしの酢の物 フルーツカクテル	ごはん 鯖の西京焼き ふきの炒め煮 すまし汁 みかん缶	ごはん タラのバター焼き 大根の煮付 味噌汁 黄桃缶
おやつ	抹茶小豆入りマドレーヌ	焼きドーナツ	小倉パン	レモンケーキ	黒糖饅頭	ロールケーキ	ドーナツ
夕	ごはん 豚肉のしぐれ煮 ほうれん草のナムル 味噌汁 つぼ漬	ごはん 白身魚のつけ焼き 五目豆煮 豚汁 キューちゃん漬	ごはん 鰻の磯辺焼き ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 白菜漬	ごはん 親子煮 インゲンとわかめの味噌和え すまし汁 刻み沢庵	ごはん 揚げ出し豆腐 キャベツのポン酢ツナ和え 味噌汁 さくら漬	ごはん ハンバーグケチャップソースかけ 野菜サラダ コンソメスープ めしどろぼう	ごはん 鶏肉の味噌漬焼き マセドアンサラダ 味噌汁 つぼ漬
朝	29日 ごはん 味噌汁 切干大根の煮物 青梗菜の中華和え 白菜漬 アシドミルク 	30日 ごはん 味噌汁 ぜんまいの煮付 小松菜のピーナツ和え しば漬 ヤクルト					
昼	赤飯 天婦羅盛り合わせ キャベツ甘酢和え 茶碗蒸し パイン缶 	ごはん ホキのムニエル 和風サラダ すまし汁 フルーツカクテル					
おやつ	ケーキ 	クリームコンフェ					
夕	ごはん カレイの酒蒸し ブロッコリーとツナの胡麻ソース和え 味噌汁 青しその実漬	ごはん 肉じゃが くずし豆腐なめこあんかけ 味噌汁 刻み沢庵					