6月献立表

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				パン食 温野菜サラダ バナナ	パン食 クリームチャウダー みかん	パン食 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 白桃	パン食 野菜スープ バナナ チーズ
昼食				軟飯 カレイのタルタルソース焼き ぜんまいの煮物 味噌汁	わかめ御飯 かきあげ しろ菜の酢味噌和え すまし汁	軟飯 赤魚の照り煮 豆腐の田楽 春雨スープ	軟飯 鰆の香味焼き トマトサラダ 味噌汁
3時				どら焼き（抹茶あん） ほうじ茶	シュークリーム（バニラ） 紅茶	ロールケーキ（焼き芋） 紅茶	バームクーヘン（チョコ） 紅茶
夕食				軟飯 野菜炒め もやしの胡麻酢和え 煮あわせ ふりかけ	軟飯 鮭のレモン蒸し 蓮根きんぴら 冷奴 漬物	軟飯 タンドリーチキン きゅうりの酢の物 焼きなす 漬物	軟飯 おでん 白菜の和え物 フルーツ 漬物
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	パン食 コーンスープ 黄桃	パン食 炒め物 フルーツポンチ	パン食 野菜スープ パイナップル	パン食 野菜炒め フルーツ	パン食 玉子スープ みかん	パン食 炒め物 白桃	パン食 コンソメスープ バナナ
昼食	軟飯 流し玉子焼き きんぴらごぼう もずく	軟飯 ミンチカツ サラダ 豆腐あんかけ	軟飯 酢鶏 ビーフンソテー フルーツ 漬物	散らし寿司 ふきの味噌和え すまし汁	軟飯 鯛の煮魚 ほうれん草のナムル すまし汁 漬物	軟飯 シーフードシチュー もやしの梅肉和え フルーツ 佃煮	軟飯 白身魚の竜田揚げ 豆腐あんかけ 小松菜の菜種和え
3時	クレープ（バニラ） ほうじ茶	リングドーナツ（プレーン） 紅茶	蒸しケーキ（バナナ） ほうじ茶	練り切り ほうじ茶	鯛饅頭（カスタード） ほうじ茶	ミルクケーキ 紅茶	ドームケーキ（こしあん） ほうじ茶
夕食	軟飯 豚肉の生姜焼き 豆腐の味噌かけ 菜の花の辛し和え 漬物	軟飯 炊き合わせ ほうれん草の錦糸かけ ワカメスープ	軟飯 ぶりの照焼き 大豆サラダ 味噌汁	軟飯 白身魚の南部揚げ 肉じゃが 焼きなす	軟飯 冷しゃぶ風 シャーレン豆腐 白菜と柚子の香和え	軟飯 チンジャオロース カリフラワーのごま酢和え 冬瓜スープ	軟飯 オムレツ ほうれん草のお浸し 味噌汁
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	パン食 サラダ 黄桃	パン食 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ フルーツポンチ	パン食 ミネストローネ パイナップル	パン食 炒め物 バナナ	パン食 オムレツ みかん	パン食 クリームチャウダー 白桃	パン食 野菜炒め バナナ
昼食	おにぎり とろろそば 豆腐の味噌かけ フルーツ	軟飯 鶏の唐揚げ 大豆の炒り煮 味噌汁	軟飯 カレーライス 豆腐サラダ ヨーグルト 漬物	軟飯 鮭の塩焼き なすの炒め煮 春雨の中華和え	軟飯 筑前煮 白菜と柚子の香和え 赤出し ふりかけ	軟飯 わかさぎの南蛮漬け ほうれん草のナムル すまし汁	軟飯 あじの卸し煮 中華風冷奴 しろ菜の酢味噌和え
3時	焼きドーナツ（豆乳） 紅茶	どら焼き（カスタード） ほうじ茶	シュークリーム（いちご） 紅茶	クレープ（バニラ） ほうじ茶	和菓子 紅茶	バームクーヘン（プレーン） 紅茶	蒸しケーキ（コーヒー） ほうじ茶
夕食	軟飯 鰆の生姜焼き オクラの和え物 茶碗蒸し 漬物	軟飯 カレイの磯辺焼き 炊き合わせ サラダ	軟飯 エビ玉 大根生酢 しろ菜の煮浸し のり佃煮	軟飯 煮込みハンバーグ 煮合わせ 味噌汁	軟飯 鰆の西京焼き もやしのごま酢和え 南瓜のくずあんかけ フルーツ	軟飯 豚肉のチャップ煮 きゅうりのサラダ とろろ芋	軟飯 つくね煮 白菜のポン酢和え かき玉汁 のり佃煮
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	パン食 コーンスープ 黄桃	パン食 サラダ フルーツポンチ	パン食 ミネストローネ パイナップル	パン食 野菜炒め バナナ	パン食 玉子スープ みかん	パン食 サラダ 白桃	パン食 クリームチャウダー バナナ
昼食	深川飯 豚肉の南部焼き 長いもの酢の物 赤だし	軟飯 牛肉のスタミナ焼き 冬瓜のくずあんかけ 味噌汁 フルーツ	軟飯 鰆の煮魚 白菜の玉子とじ サラダ	軟飯 すずきの香味焼き 肉豆腐 しろ菜の煮浸し フルーツ	中華丼 きゅうりのおろし和え すまし汁 フルーツ	軟飯 蒸し鶏のごまダレ 筍の炒り煮 味噌汁	軟飯 豚肉のマーマレード煮 生揚げとひじきの煮つけ じゃが芋の真砂和え
3時	鯛饅頭 ほうじ茶	ミルクケーキ 紅茶	ドームケーキ（チョコ） ほうじ茶	焼きドーナツ（抹茶） 紅茶	ロールケーキ（いちご） 紅茶	メープルプチケーキ 紅茶	どら焼き（こしあん） ほうじ茶
夕食	軟飯 出し巻き玉子 盛り合わせサラダ ひじきの炒め煮	軟飯 赤魚のホワイトソースかけ しろ菜のごま和え 炊き合わせ	軟飯 ヒレカツ オクラの和え物 味噌汁 漬物	軟飯 味噌田楽 菜の花の和え物 すまし汁 漬物	軟飯 鮭のレモン蒸し 肉じゃが 冬瓜のくず煮 漬物	軟飯 友禅豆腐 田舎煮 白菜のゆかり和え	軟飯 鰆の香味焼き なすの味噌炒め すまし汁 漬物
	26	27	28	29	30		
朝食	パン食 コーンスープ 黄桃	パン食 スクランブルエッグ フルーツポンチ	パン食 ミネストローネ パイナップル チーズ	パン食 野菜スープ バナナ	パン食 玉子スープ みかん		
昼食	軟飯 鶏の風味焼き 冷奴 味噌汁	おにぎり あんかけうどん 南瓜のかか煮 メロンのヨーグルト和え	軟飯 鮭の幽庵焼き 里芋のそぼろ煮 焼きなす フルーツ	軟飯 鶏肉の照り焼き ジャーマンポテト なすの梅肉和え	軟飯 牛肉の炒り煮 しろ菜の酢味噌和え すまし汁 フルーツ		
3時	シュークリーム（チョコ） 紅茶	リングドーナツ（チョコ） 紅茶	クレープ（バニラ） ほうじ茶	レモンケーキ 紅茶	もみじ饅頭 ほうじ茶		
夕食	軟飯 エビフライ 高野豆腐の含め煮 もやしナムル 漬物	軟飯 ぶりの竜田揚げ サラダ 味噌汁	軟飯 豚肉の味噌炒め 玉子豆腐 切り干し大根の煮物 漬物	軟飯 五目玉子蒸し 煮合わせ オクラのかか和え 漬物	軟飯 赤魚の煮魚 里芋のそぼろ煮 冷奴		