



# 6月の献立表



	日	月	火	水	木 1	金 2	土 3
朝食	 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block; text-align: center;">                     6月から新しいおやつ                      が増えます♪                      ○しっとり饅頭                      ○やわらかおかき                      ○くる棒                 </div> 				パン食 クリームチャウダー みかん	パン食 スクランブルエッグ 白桃	パン食 野菜スープ バナナ チーズ
昼食					わかめ御飯 かきあげ しる菜の酢味噌和え すまし汁	軟飯 赤魚の照り煮 田菜 春雨スープ フルーツ	軟飯 鯖の香味焼き トマトサラダ 味噌汁
おやつ					ドームケーキ(チョコ)	やわらかおかき(えび)	しっとり饅頭
夕食					軟飯 鮭のレモン蒸し 筍の中華風炒り煮 冷奴 漬物	軟飯 タンドリーチキン 胡瓜の酢の物 焼き茄子 漬物	軟飯 おでん 白菜の和え物 フルーツ 漬物
	4	5	6	7	8	9	10
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 ビーフソテー フルーツ 漬物	散らし寿司 鶏肉とふきの炒め煮 赤だし ゼリー	軟飯 鯛の煮つけ 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 豆腐のあんかけ 小松菜の菜種和え
おやつ	ショコラブチケーキ	くる棒	蒸しケーキ(コーヒー)	やわらかおかき(きな粉)	鯛饅頭(カスタード)	ミルクケーキ	ドームケーキ(こしあん)
夕食	軟飯 豚の生姜焼き 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 鯛の照焼き 大豆サラダ 味噌汁	軟飯 白身魚の南部揚げ 肉じゃが 焼き茄子	軟飯 冷しゃぶ風 チャーレン豆腐 白菜のゆず香和え	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
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	パン食 サラダ 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	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	とろろそば 豆腐の味噌かけ フルーツ	軟飯 鶏の唐揚げ ひじきの炒り煮 味噌汁	軟飯 カレーライス 豆腐サラダ ヨーグルト 福神漬け	軟飯 鮭の塩焼き 茄子の炒め煮 春雨の中華和え	軟飯 筑前煮 白菜のゆず香和え 赤出し ふりかけ	軟飯 ワカメの南蛮漬け ほうれん草のナムル 味噌汁	軟飯 鯛の卸し煮 中華風冷奴 しる菜の酢味噌和え
おやつ	焼きドーナツ	どら焼き(カスタード)	やわらかおかき(コンボタ)	レモンケーキ	メープルブチケーキ	しっとり饅頭	蒸しケーキ(コーヒー)
夕食	軟飯 鯖の生姜焼き 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 しる菜の煮びたし のり佃煮	軟飯 煮込みハンバーグ 高野豆腐の煮合わせ 味噌汁	軟飯 鯖の西京焼き もやしのごま酢和え 南瓜のくずあんかけ フルーツ	軟飯 ポークチャップ サラダ とろろ芋	軟飯 鶏のつくね煮 白菜ボン酢和え かき玉汁 海苔佃煮
	18	19	20	21	22	23	24
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 スクランブルエッグ 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 長芋の酢の物 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 鯖の煮付け 白菜の玉子とじ 大根サラダ	軟飯 すずきの香味焼き 肉豆腐 しる菜の煮びたし フルーツ	軟飯 中華丼 しめじのおろし和え すまし汁 フルーツ	軟飯 蒸し鶏 筍の炒り煮 味噌汁	軟飯 豚肉のマーメレード煮 ひじきの煮つけ じゃが芋の真砂和え
おやつ	鯛饅頭	ミルクケーキ	ドームケーキ(チョコ)	焼きドーナツ(抹茶)	やわらかおかき(のり塩)	カスタードブチケーキ	どら焼き
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 赤魚の刺身ソースかけ しる菜の胡麻和え 豆腐と野菜の炊き合わせ	軟飯 ヒレカツ オクラの和え物 味噌汁 漬物	軟飯 味噌田菜 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 大根の田舎煮 白菜のシソ和え	軟飯 鯖の香味焼き 茄子の味噌炒め すまし汁 漬物
	25	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	パン食 野菜スープ バナナ	パン食 玉子スープ みかん チーズ	パン食 コンソメスープ 白桃	
昼食	軟飯 鶏の風味焼き 冷奴 味噌汁	あんかけうどん 南瓜のかか煮 ヨーグルト和え	軟飯 鮭のバター焼き 里芋のそぼろ煮 焼き茄子 フルーツ	軟飯 鶏の照り焼き ジャーマンポテト 胡瓜の梅肉和え	軟飯 牛肉と野菜の炒り煮 しる菜の酢味噌和え すまし汁 フルーツ	軟飯 鯖の竜田揚げ 茄子の味噌炒め 春雨の酢の物 漬物	
おやつ	しっとり饅頭(黒糖)	ショコラブチケーキ	やわらかおかき(うす塩)	レモンケーキ	もみじ饅頭	焼きドーナツ(チョコ)	
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 鯛の竜田揚げ 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 がんもどきの煮合わせ オクラのかか和え 漬物	軟飯 赤魚の煮付け 里芋のそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え	軟飯 鶏のゴマダレ焼き 白菜の煮びたし 冷奴	

食種・食材の都合により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。ウエルハウス西宮 栄養科