

6月の献立予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1 五目ごはん キャベツの入り煮 スパサラ すいとん フルーツ/漬物	2 チキンカツ ひじきの煮物 胡麻和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	3 あさりごはん 切り干し大根 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	4 煮魚 じゃが芋の煮物 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	5 肉団子 ブロッコリーの炒め物 新タマのマリネ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
6 タラフライ 煮浸し 春雨のサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	7 油麩丼 ぶきの煮物 たたき胡瓜 味噌汁 フルーツ/漬物	8 ハンバーグ 煮物 ブロッコリーのおかか和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	9 焼魚(ホッケ) 高野豆腐の煮物 トマトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	10 酢鶏 煮物 しらす和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	11 焼売 がんもの煮物 中華サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	12 鯖の味噌煮 大根の煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
13 味付けごはん 煮物 和え物 豚汁 フルーツ/漬物	14 焼肉 煮物 ポテトサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	15 焼魚(赤魚粕) ひじきの煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	16 豆腐ハンバーグ すき昆布の煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	17 鮭フライ トマトと卵の炒り煮 豆サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	18 魚の唐揚げ じゃが芋のきんぴら 若布のマリネ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	19 カレーライス ぜんまいの煮物 カニ風サラダ スープ フルーツ/漬物
20 厚揚げの肉巻き 煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	21 鮭の西京焼き なすの炒り煮 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	22 つくね きのこのソテー 人参サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	23 うどん 根菜の煮物 和え物 フルーツポンチ 漬物	24 麻婆茄子 煮物 マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	25 天丼 キャベツの煮物 酢の物 味噌汁 フルーツ/漬物	26 魚のムニエル ぶきの煮物 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
27 魚のみぞれ煮 ピーマンと竹輪の炒り煮 和風サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	28 とり天 南瓜の煮物 野菜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	29 焼魚(鮭) きんぴら 卵サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	30 煮魚(赤魚) じゃが芋のそぼろ煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。		