

6月 月間予定献立表

| | | | | | | |
|-------|---|---|---|--|---|--|
| 30(日) | <p>〈6月の旬の食材〉</p> <p>アスパラガス・胡瓜・トマト・ピーマン・オクラ・みょうが・枝豆・梅・さわら・あじ・など</p> <p>少しずつ夏らしい暑さを感じるようになってきました。体調を崩すことが多くなるとは思います。夏バテに効く夏の旬の食材を積極的に取り入れるようにし、しっかり予防をしましょう！</p>  | | | | | 1(土) |
| お休み | | | | | | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>鶏肉のバーベキューソース</p> <p>小松菜の煮浸し</p> <p>三色なます</p> |
| 2(日) | 3(月) | 4(火) | 5(水) | 6(木) | 7(金) | 8(土) |
| | 大蒲刈エustomenueー | | | | | |
| お休み | <p>カツ丼</p> <p>味噌汁</p> <p>キャベツの塩昆布和え</p> <p>りんご缶</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>赤魚の塩麹焼き</p> <p>いんげん炒め</p> <p>マカロニサラダ</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>はんぺんチーズフライ</p> <p>卵の花</p> <p>オクラと鶏肉のだし醤油和え</p> | <p>チャーハン</p> <p>中華スープ</p> <p>えびしゅうまい</p> <p>ナムル</p> | <p>ごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>鯖の味噌煮</p> <p>かぶの炒め煮</p> <p>トマトサラダ</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>豚肉の生姜焼き</p> <p>切り昆布煮</p> <p>アスパラのドレッシング和え</p> |
| 9(日) | 10(月) | 11(火) | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) |
| | 入梅の日献立 | ハヤシライス献立 | | | | |
| お休み | <p>梅しそごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>鯖の西京焼き</p> <p>里芋煮</p> <p>スナップエンドウの胡麻和え</p> | <p>ハヤシライス</p> <p>ハムサラダ</p> <p>フルーツヨーグルト</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>豚てき風</p> <p>さつま芋の甘煮</p> <p>小松菜おかか和え</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>鯿のから揚げ野菜あん</p> <p>青梗菜の旨塩炒め</p> <p>ひじきサラダ</p> | <p>三色丼</p> <p>すまし汁</p> <p>冬瓜かにあんかけ</p> <p>夏みかん缶</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>白身魚のバター醤油焼き</p> <p>ピーマンの生姜炒め</p> <p>とろろ</p> |
| 16(日) | 17(月) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) | 22(土) |
| | パン・ごはん選択献立 | | | カレー献立 | | |
| お休み | <p>パン・ごはん選択</p> <p>コーンスープ</p> <p>ハンバーグ(デミグラスソース)</p> <p>コールスロー</p> <p>梅ゼリー</p> | <p>ごはん</p> <p>中華スープ</p> <p>かに玉</p> <p>シュウマイ</p> <p>玉ねぎとワカメのさっぱり和え</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>焼き鯖の香味だれ</p> <p>かぶの炒め煮</p> <p>胡瓜とみょうがの和え物</p> | <p>ポークカレー</p> <p>ツナサラダ</p> <p>フルーツポンチ</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>カレイの竜田揚げ和風あんかけ</p> <p>白菜のうま煮</p> <p>切干大根のサラダ</p> | <p>シーフードピラフ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>ミートボール(ナポリタン)</p> <p>黄桃缶</p> |
| 23(日) | 24(月) | 25(火) | 26(水) | 27(木) | 28(金) | 29(土) |
| | | | 麺献立 | | | 誕生日会献立 |
| お休み | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>白身魚のフライ</p> <p>春雨炒め</p> <p>オクラのとろろ和え</p> | <p>ごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>豚味噌炒め</p> <p>ひじき煮</p> <p>スナップエンドウの和え物</p> | <p>かき玉うどん</p> <p>ゆかりごはん</p> <p>枝豆とコーンのつまみ揚げ</p> <p>玉葱のサラダ</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>チキンソーテーオニオンソース</p> <p>ちくわ大根煮</p> <p>ほうれん草のお浸し</p> | <p>ごはん</p> <p>味噌汁</p> <p>赤魚の幽庵焼き</p> <p>茄子の中華炒め</p> <p>アスパラの和え物</p> | <p>赤飯</p> <p>味噌汁(赤だし)</p> <p>えびフライ</p> <p>茶碗蒸し</p> <p>ポテトサラダ</p> |

先月のおやつ (5月は以下のおやつをお召し上がりいただきました)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------|---------------------------|
| | | | 1 ヤタロー 抹茶まんじゅう | 2 ヤタロー 白あん饅頭 | 3 ヤタロー ココアプリン | 4 ヤタロー 行事用和菓子(柏餅風生和菓子) |
| 6 | シャトレーゼ かま焼チーズ饅頭 | 7 シャトレーゼ 沖縄黒糖まんじゅう | 8 ヤタロー 芋ようかん | 9 ヤタロー 梅ゼリー | 10 ヤタロー 八丁味噌まんじゅう | 11 ヤタロー 行事用和菓子(赤のカーネーション) |
| 13 | ヤタロー パウンドケーキ | 14 ヤタロー プリン | 15 ヤタロー 桃山 | 16 ヤタロー みる(饅頭) | 17 ヤタロー ロールケーキ | 18 ヤタロー シフォンケーキ |
| 20 | ヤタロー カステラ | 21 ヤタロー しょうおからケーキ | 22 ヤタロー ハバロア | 23 シャトレーゼ きんつば | 24 シャトレーゼ リエム | 25 ヤタロー ショコラケーキ |
| 27 | ヤタロー イチゴプリン | 28 ヤタロー レモンマフィン | 29 ヤタロー ととやき | 30 ヤタロー 黒糖まんじゅう | 31 ヤタロー やわらか団子 | |

一部施設により異なる場合がございますので、ご了承ください