



献立表



日付	6/1(月)	6/2(火)	6/3(水)	6/4(木)	6/5(金)	6/6(土)	6/7(日)
朝食	ごはん 味噌汁 がんもどきと 玉ねぎの煮物 赤かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 肉団子の ナポリタン風 パンプキンサラダ	ごはん 味噌汁 厚揚げとチンゲン菜の 中華あんかけ いりこみそ	ごはん 味噌汁 卵焼き おかか昆布	ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょの 和風煮 しば漬け	ごはん 味噌汁 おさかな豆腐あげと 野菜の中華煮 三色煮豆	ごはん 味噌汁 肉団子の 照り焼き風 梅干し
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	ごはん 鶏肉のきじ焼き 大豆とひじきの 炒め物 ごぼうサラダ	グリーンピースごはん カレイの 甘酢あんかけ さつま揚げの煮物 ぶどうムース	こだわりの 醤油ラーメン 小松菜の オイスター炒め マンゴーゼリー	パン ブラウンシチュー スパゲッティソテー キャベツの フレンチサラダ	ごはん チキン南蛮 白菜のコンソメ煮 みかん缶	ポークカレー ほうれん草の ソテー ヨーグルト	高菜ごはん ホキの ねぎソースかけ もやしの中華炒め バナナ
3時おやつ	エクレア 紅茶	抹茶ゼリー 紅茶	はちみつ蒸しケーキ 牛乳	クリームサンド 紅茶	きなこミルク寒天 ほうじ茶	梅の日おやつ 玄米茶	黒糖蒸しケーキ 牛乳
夕食	ごはん 味噌汁 タラの 和風マヨ焼き 納豆	ごはん 味噌汁 豚肉の にんにく炒め 春雨とかにかまの 和風和え	ごはん すまし汁 サバの生姜焼き いんげんの 味噌炒め	ごはん 味噌汁 豆腐とキムチの トロトロ煮 れんこんの 中華サラダ	ごはん 味噌汁 サワラの南部焼き キャベツの炒め物	ごはん 味噌汁 和風卵焼き カリフラワーの 青じそサラダ	ごはん 味噌汁 鶏肉の塩焼き 大根の甘酢漬け

日付	6/8(月)	6/9(火)	6/10(水)	6/11(木)	6/12(金)	6/13(土)	6/14(日)
朝食	ごはん 味噌汁 高野豆腐と いんげんの煮物 青かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの デミグラスソースかけ スパゲッティサラダ	ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょの 中華煮 たいみそ	ごはん 味噌汁 がんもと チンゲン菜の煮物 うずら煮豆	ごはん 味噌汁 竹輪といんげんの 炒め物 さくら漬け	ごはん 味噌汁 じゃが芋の トマト煮 たまごサラダ	ごはん 味噌汁 イワシつみれと 白菜の生姜煮 のり佃煮
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	親子丼 ビーフンソテー オクラの ゆず醤油和え	きつねそば さつま芋の そぼろ煮 みかん缶	赤飯 サワラの塩麹焼き なすと蒸し鶏の 炒め物 黄桃缶	パン 南瓜の 豆乳チャウダー 肉団子のコンソメ煮 ブロッコリーの ごまドレサラダ	ごはん さばのみぞれ煮 金平ごぼう 白菜と蒸し鶏の ゆず味噌和え	ごはん 鶏肉の照り焼き 大根とイカの煮付け れんこんのサラダ	ゆかりごはん チンゲン菜の 卵炒め 刻み昆布の煮物 パイン缶
3時おやつ	小倉ミルク寒天 ほうじ茶	かぼちゃ蒸しケーキ 牛乳	今川焼き ほうじ茶	レーズン蒸しケーキ 牛乳	塩まんじゅう ほうじ茶	ロールケーキ 紅茶	黒ゴマプリン ほうじ茶
夕食	ごはん 味噌汁 カレイの南蛮漬け もやしと蒸し鶏の 胡麻醤油和え	ごはん 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き カリフラワーと カニカマの中華サラダ	ごはん 味噌汁 麻婆豆腐 ツナと大根の 和風サラダ	ごはん すまし汁 タラの西京焼き いんげんの くるみ和え	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜炒め ほうれん草と きざみ揚げのお浸し	ごはん 味噌汁 ホキの にんにく醤油焼き もやしと人参の 二色和え	ごはん 味噌汁 豚肉の スタミナ炒め 納豆

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



日付	6/15(月)	6/16(火)	6/17(水)	6/18(木)	6/19(金)	6/20(土)	6/21(日)
朝食	ごはん 味噌汁 竹輪と里芋の煮物 赤かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 肉団子のデミグラスソース風 ポテトサラダ	ごはん 味噌汁 がんもと大根の煮物 いりこみそ	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの和風ソースがけ おかか昆布	ごはん 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 しば漬け	ごはん 味噌汁 肉団子の中華煮 三色煮豆	ごはん 味噌汁 おさかな豆腐あげと白菜の煮物 梅干し
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	栄養科 ★イチオシメニュー★ ごはん 鶏のから揚げ 枝豆とツナの炒め物 フルーツポンチ	枝豆ごはん タラのきのこあんかけ れんこんの青のり炒め パイン缶	チキンカレー 海鮮入り 焼きビーフン ヨーグルト	パン チキン クリームシチュー いんげんのソテー コールスローサラダ	肉うどん 竹輪のバター醤油炒め	ごはん カレイの梅マヨ焼き なすの味噌炒め オクラとかにかまの和風和え	【父の日メニュー】 ハンバーグカレー がんもどきのおろし煮 きゅうりと塩昆布の和え物
3時おやつ	ココア蒸しケーキ 牛乳	★和菓子のおやつ★ 玄米茶	カステラ 紅茶	チョコレートババロア 紅茶	人形焼き ほうじ茶	メロンゼリー ほうじ茶	黒ゴマ蒸しケーキ 牛乳
夕食	ごはん 味噌汁 ホキのみりん焼き オクラのごまダレ和え	ごはん ポタージュスープ 豚肉の彩り炒め 白菜のドレッシング和え	ごはん 味噌汁 サバの七味焼き いんげんのマヨポン酢和え	ごはん 味噌汁 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のごまドレ和え	ごはん 味噌汁 サワラの幽庵焼き れんこんとツナのごま醤油サラダ	ごはん 味噌汁 鶏肉のカレー焼き 納豆	ごはん 味噌汁 卵とかにかまの炒め物 人参のマリネ
日付	6/22(月)	6/23(火)	6/24(水)	6/25(木)	6/26(金)	6/27(土)	6/28(日)
朝食	ごはん 味噌汁 高野豆腐のごま煮 青かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグのトマトソースがけ マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 じゃがいもとツナの中華煮 たいみそ	ごはん 味噌汁 竹輪といんげんの煮物 うずら煮豆	ごはん 味噌汁 厚揚げとキャベツの和風あんかけ さくら漬け	ごはん 味噌汁 イワシつみれの和風煮 スパゲッティサラダ	ごはん 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 のり佃煮
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	とうもろこしごはん ホキの照り焼き 切り干し大根の煮物 マンゴー	ごはん 鶏肉のポン酢がけ 刻み昆布と油揚げの煮物 チンゲン菜のわさびマヨ和え	麦飯 サワラのごま味噌焼き 大根のそぼろ煮 とろろ	パン ハンバーグのきのこソースがけ ほうれん草のソテー カリフラワーとチーズのサラダ	チャーハン もやし中華炒め きゅうりとわかめの和え物	焼きそば 中華スープ さつまいもとツナの炒め物	わかめごはん サバの味噌煮 白菜のおかか炒め パイン缶
3時おやつ	牛乳みかん寒天 ほうじ茶	もみじ饅頭 ほうじ茶	バームクーヘン 紅茶	きなこ蒸しケーキ 牛乳	黒糖まんじゅう ほうじ茶	オレンジゼリー ほうじ茶	メープル蒸しケーキ 牛乳
夕食	ごはん 味噌汁 筑前煮 納豆	ごはん 味噌汁 カレイの香味焼き ひじきと大豆のサラダ	ごはん コーンポタージュ 豚肉と白菜の炒め物 もよしの和え物	ごはん 味噌汁 コロッケ ブロッコリーの和風和え	ごはん 味噌汁 エビ入り卵焼き さつま揚げのそぼろ炒め	ごはん 味噌汁 タラのマスタード焼き 大根サラダ	ごはん 味噌汁 豆腐チャンプルー 春雨サラダ

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



日付	6/29(月)	6/30(火)					
朝食	ごはん 味噌汁 がんもどきと 玉ねぎの煮物 赤かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 肉団子の ナポリタン風 パンプキンサラダ					
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	ごはん サワラの パン粉焼き なすの揚げ浸し キャベツの マヨめんつゆ和え	ごはん 豚肉の甘酢炒め ひじきの煮物 いんげんの ごま醤油和え					
3時おやつ	ベジタべる ほうじ茶	ピーチゼリー ほうじ茶					
夕食	ごはん 味噌汁 アオサ入り卵焼き ブロッコリーと ツナの和風和え	ごはん 味噌汁 ホキの蒲焼き 納豆					

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。