



献立表



日付	6/10(月)	6/11(火)	6/12(水)	6/13(木)	6/14(金)	6/15(土)	6/16(日)
朝食	ごはん 味噌汁 厚揚げの 野菜あんかけ チンゲン菜の和え物	ごはん 味噌汁 肉団子の デミグラスかけ ポテトサラダ	ごはん 味噌汁 がんと チンゲン菜の煮物 金時煮豆	ごはん 味噌汁 ちくわと 野菜の煮物 納豆	ごはん 味噌汁 高野豆腐のごま煮 おかか昆布	ごはん 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 柴漬け	ごはん 味噌汁 トマトソースオムレツ いんげんの ピーナッツ和え
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 カレイの バター醤油焼き 刻み昆布の煮物 いんげんサラダ	じゃこ枝豆ごはん サケの塩麹焼き 金平ごぼう 小松菜の和え物	けんちんうどん 竹輪のたらこ炒め 白桃缶	サンドイッチ 豆乳チャウダー 肉団子のコンソメ煮 マカロニサラダ みかん缶	カレーライス フロッコリーソテー ぶどうムース	ごはん あおさ入り卵焼き もやしの炒め物 カリフラワーサラダ	【父の日メニュー】 豚肉の甘辛味噌丼 居酒屋風 キャベツ和え たぬき冷奴 ノアル・ルビール
3時 おやつ	シナモンパンケーキ 牛乳	たい焼き 緑茶	きなこプリン ほうじ茶	ソーセージ蒸しパン 牛乳	レアチーズケーキ風味ゼリー 紅茶	せんべい 緑茶	【和菓子の日メニュー】 玄米茶
夕食	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き きゅうりの和え物	ごはん 味噌汁 コロケ 大豆とひき肉の 和え物	ごはん 味噌汁 サバのごま焼き 冬瓜の煮物	ごはん 味噌汁 サワラの焼浸し 大根の酢の物	ごはん 味噌汁 厚揚げのくず煮 ひじきと大根の 煮物	ごはん ポテトスープ アジのパン粉焼き れんこんサラダ	ごはん 味噌汁 鶏肉のきじ焼き キャベツの和え物

日付	6/17(月)	6/18(火)	6/19(水)	6/20(木)	6/21(金)	6/22(土)	6/23(日)
朝食	ごはん 味噌汁 ふわふわ揚げの 野菜あんかけ 大根の甘酢和え	ごはん 味噌汁 肉団子の ナポリタン マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 高野豆腐と 野菜の煮物 うぐいす煮豆	ごはん 味噌汁 ちくわと 野菜の炒め物 納豆	ごはん 味噌汁 じゃが芋の トマト煮 いんげんの ピーナッツ和え	ごはん 味噌汁 がんとときの煮物 青かつぱ	ごはん 味噌汁 和風オムレツ 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	なめ草ごはん カレイの幽庵焼き 厚揚げの含め煮 フルーツカクテル缶	ごはん ホタテ入り卵焼き かぶのくず煮 ひじきサラダ	ごはん サバの味噌 チーズ焼き キャベツの炒め物 ちくわのポン酢和え	パン ミネストローネ さつま芋のグリル カリフラワーサラダ	焼きそば すまし汁 大根の炒め煮 黄桃缶	麻婆丼 フロッコリーの炒め物 ほうれん草の 中華和え	ゆかりごはん アジの生姜焼き ちくわの炒り煮 ほうれん草の ゆず味噌和え
3時 おやつ	マヨコーン蒸しパン 牛乳	エクレア 紅茶	今川焼 緑茶	ごまパンケーキ 牛乳	みかん牛乳寒天 ほうじ茶	バームクーヘン 紅茶	豆乳プリン ほうじ茶
夕食	ごはん 味噌汁 五目豆腐 ほうれん草の ごま和え	ごはん 味噌汁 サワラの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮	ごはん 味噌汁 鶏肉のネギ塩焼き フロッコリーサラダ	ごはん 味噌汁 厚揚げと白菜の そぼろ煮 れんこんの和え物	ごはん 味噌汁 タラのバジル マヨ焼き ごぼうサラダ	ごはん 味噌汁 卵とエビの炒め物 里芋の味噌バター煮	ごはん 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 豆腐サラダ

*食材入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



日付	6/24(月)	6/25(火)	6/26(水)	6/27(木)	6/28(金)	6/29(土)	6/30(日)
朝食	ごはん 味噌汁 厚揚げの 野菜あんかけ チンゲン菜の和え物	ごはん 味噌汁 肉団子の デミグラスかけ ポテトサラダ	ごはん 味噌汁 ちくわと 野菜の煮物 金時煮豆	ごはん 味噌汁 がんもと チンゲン菜の煮物 納豆	ごはん 味噌汁 高野豆腐のごま煮 おかか昆布	ごはん 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 柴漬け	ごはん 味噌汁 トマトソースオムレツ いんげんの ピーナッツ和え
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	たらこスパゲッティ すまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 ヨーグルト	シーフードカレー ほうれん草のソテー バナナ	しそ昆布ごはん サワラの漬け焼き 切干大根の煮物 パイン缶	パン チキンクリームシチュー スパゲティソテー コールスローサラダ	ごはん 高菜の卵焼き ごぼうの炒り煮 もやしゆかり和え	【和歌山郷土料理】 かきまぶり アジの梅干し煮 里芋の煮物 金山寺味噌和え	ガーリックバター 味噌ごはん 煮込みハンバーグ かぼちゃの チーズ焼き にんじんサラダ
3時 おやつ	チーズ蒸しケーキ 紅茶	バイクドポテト ほうじ茶	マーブルパンケーキ 牛乳	いちごババロア ほうじ茶	コーヒー蒸しパン 牛乳	【和歌山県銘菓】	小豆ミルク寒天 ほうじ茶
夕食	ごはん 味噌汁 サバの 味噌チーズ焼き 大豆と桜エビの煮物	ごはん 味噌汁 豚肉のネギ塩炒め 白菜のポン酢和え	ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き ささみサラダ	ごはん 味噌汁 タラの甘酢あんかけ 春雨サラダ	ごはん 味噌汁 肉豆腐 揚げなすの ドレッシング和え	ごはん ミルクスープ 鶏肉の オーロラソース焼き チンゲン菜と ベーコンのソテー	ごはん 味噌汁 カレイのゆず塩焼き そら豆の和え物

*食材入手状況によって、一部内容が変更となります。