

6 月

献立表

献立表

	(月)	(火)	(水)	1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
昼食				ご飯 ◎とんかつ ◎白身魚のバター醤油焼き ほうれん草のクリーム煮 貝割れとツナの和え物 かきたま汁 オレンジ	ご飯 ◎鶏肉の照り焼き ◎赤魚の中華香味ソース ふきと角麩の煮物 小松菜のくるみ和え 味噌汁 キウイヨーグルト	ご飯 ◎牛肉のしぐれ煮 ◎メヌケの煮付け ビーフン炒め 蓮根の明太子和え すまし汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎ポークチャップ ◎白身魚のムニエル チンゲン菜と海老の煮物 水菜とハムのサラダ コーンポタージュ 洋梨缶
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)
昼食	ご飯 ◎和風ハンバーグ ◎ホッケのもろみ焼き さつま芋のレモン煮 カリフラワーとベーコンの胡麻ドレ和え コンソメスープ みかん缶	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 筍のバター醤油炒め もやしとトマトのサラダ すまし汁 黄桃缶	◎カレーうどん ◎山菜そば コーンコロッケ キャベツと竹輪の和え物 パイン缶	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎さばのマヨネーズ焼き 大根とそぼろのピリ辛煮 白菜と胡瓜の甘酢和え 味噌汁 アロエヨーグルト	ご飯 ◎豆腐の味噌チーズ焼き ◎肉団子のトマト煮込み もやしの胡麻煮 チンゲン菜と人参の中華和え 生姜スープ 白桃缶	ご飯 ◎ハヤシライス ◎鮭のクリーム煮 スナップエンドウのソテー アボカドとトマトの和え物 オニオンスープ バナナ	ご飯 ◎牛肉の野菜炒め ◎八宝菜 春巻き ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ 杏仁豆腐
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
昼食	ご飯 ◎揚げ出し豆腐 ◎鮭の塩焼き キャベツとツナの梅煮 めかぶの和え物 味噌汁 りんご缶	<b>お楽しみ食</b> 	<b>寿司三昧</b> 	ご飯 ◎サーモンフライ (ソース) ◎牛肉のしぐれ煮 冬瓜の翡翠煮 小松菜と人参の胡麻和え 味噌汁 オレンジ	◎サラダさしめん (冷) ◎とろろそば (冷) 茄子の中華煮 もやしとハムのナムル フルーツミックス缶 すまし汁	ご飯 ◎ホキの唐揚げねぎソース ◎チキンステーキ アスパラとウィンナーのソテー 蓮根の明太マヨ和え すまし汁 パイン (生)	ご飯 ◎豚の角煮 ◎鱈の西京味噌漬け焼き 卵の花 いんげんのくるみ和え すまし汁 みかん缶
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)
昼食	ご飯 ◎鶏肉の柚子胡椒焼き ◎太刀魚の竜田揚げ 里芋といかの煮物 チーズサラダ チンゲン菜のスープ 白桃缶	◎カレーライス ◎洋風三色丼 野菜コロッケ アボカドとトマトの和え物 コンソメスープ ブルーベリーヨーグルト	◎肉うどん ◎なめこおろしそば 焼きさつま揚げ キャベツの酢の物 オレンジ	ご飯 ◎スパニッシュチーズオムレツ ◎肉団子のクリーム煮 さつま芋の甘露煮 小松菜とささ身のマヨ和え オニオンスープ フルーツミックス缶	ご飯 ◎貝たくさんチャプチェ ◎白身魚の香草焼き 茄子のオイスター煮 くらげの中華和え わかめスープ パイン缶	<b>お祝い膳</b> 	ご飯 ◎鶏天 ◎さばの煮付け しらたきのたらこ炒め 白菜とハムのおろし生姜和え 味噌汁 みかん缶
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	(土)	(日)
昼食	ご飯 ◎肉豆腐 ◎鮭の菜種焼き さつま芋の切昆布煮 イタリアンサラダ 味噌汁 バナナ	ご飯 ◎ポークビーンズ ◎アジの香草焼き いんげんとウィンナーのソテー バンバンジーサラダ じゃが芋のポタージュ 杏仁豆腐	<b>デイ対面料理 (海鮮焼きそば)</b> 	ご飯 ◎牛の土手煮 ◎銀ひらすの幽庵焼き 小松菜の煮びたし 枝豆の白和え すまし汁 洋梨缶	ご飯 ◎豚肉の塩麴漬け焼き ◎いか団子の和風煮込み 筍の煮物 ほうれん草とハムのおかか和え 味噌汁 オレンジ		

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士