



# 令和3年 6月 献立表



日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		米飯 スープ(にら・卵) 豚肉の醤油麹炒め じゃが芋の味噌煮 大根の甘酢和え えび入りしゅうまい ココアワッフル	米飯 味噌汁(豆腐・葉ねぎ) さわらの塩焼き 五目金平 蒸し鶏と野菜の和え物 オレンジ クリームチーズケーキ	米飯 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) チキンカツ 大根のカニあんかけ もやしと水菜の梅和え りんごゼリー 里見の郷	米飯 吸い物(ふ・かいわれ) サバの味噌漬け焼き チンゲン菜の炒め物 長芋の千切り プチオムレツ ミルクドーナツ	米飯 味噌汁(大根・大根葉) 豚肉とキャベツの炒め物 ふんわり天の煮物 きゅうりとわかめのサラダ かぼちゃの含め煮 ようかんロール
	7	8	9	10	11	12
	米飯 味噌汁(豆腐・三つ葉) 鶏肉の梅風味焼き じゃが芋とピーマンの炒め物 キャベツのドレッシング和え キウイフルーツ 抹茶水ようかん	米飯 味噌汁(ふ・葉ねぎ) あじの和風マリネ 大根の炒め煮 小松菜のくるみ和え ピーチゼリー 人形焼・星型せんべい	大豆入りキーマカレー コールスローサラダ パインゼリー 野菜入り卵焼き 薄皮まんじゅう	米飯 味噌汁(チンゲン菜・ねぎ) たらのマヨネーズ焼き 里芋のそぼろ煮 大根サラダ 茶そば ミルクケーキ	米飯 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) 鶏肉のごま焼き ひじきの炒め煮 かぼちゃサラダ ヨーグルトジャム 小倉あんパイ	米飯 味噌汁(小松菜・ねぎ) サケの粕漬け焼き なすのトマト煮 キャベツのピーナツ和え 冷や奴 チョコレートケーキ
	14	15	16	17	18	19
	米飯 味噌汁(大根・大根葉) めばるの煮付け キャベツとベーコンのソテー ポテトサラダ カニ風味卵巻き みかんクレープ	チャーハン スープ(にら・ナルト) 豆腐とそら豆の炒め煮 ほうれん草のナムル マンゴープリン なすの煮びたし カステラ	米飯 味噌汁(ふ・三つ葉) 赤魚の野菜あんかけ 鶏肉と大根の煮物 春雨の中華サラダ ほうれん草のたらこ和え ババロアシュークリーム	米飯 味噌汁(チンゲン菜・ねぎ) 鶏肉のカレー風味焼き ぜんまいの炒め煮 豆サラダ オレンジ もみじまんじゅう・ハッピーターン	米飯 味噌汁(豆腐・葉ねぎ) 白身魚のフライ 里芋の炒め煮 もやしの酢の物 はちみつレモンゼリー ミルクワッフル	ハヤシライス ブロッコリーとカニカマのサラダ フルーチェ ロールキャベツ きんつば
	21	22	23	24	25	26
	米飯 かきたま汁 さわらの幽庵焼き ごぼうの味噌煮 大根サラダ ほうれん草しゅうまい いちごプリン	米飯 味噌汁(小松菜・ねぎ) 豚肉のスタミナ焼き がんもの煮物 キャベツの中華和え とろろ オレンジケーキ	米飯 味噌汁(里芋・ねぎ) たらのトマトソースがけ いんげんの炒め煮 大根のゆかり和え ヨーグルトジャム どら焼き	焼きそば スープ(卵・かいわれ) カニ入りしゅうまい 杏仁豆腐 ほうれん草のナムル 抹茶カステラ	米飯 味噌汁(豆腐・三つ葉) サケのレモン漬け焼き ごぼう巻と大根の炊き合わせ スパゲティーサラダ キウイフルーツ シベリア	米飯 味噌汁(ふ・葉ねぎ) メンチカツ じゃが芋のコンソメ煮 きゅうりとしらすの酢の物 みかんゼリー ペアクリームワッフル
	28	29	30			
	ポークカレーライス キャベツとチーズのサラダ フルーツポンチ 五目卵焼き ドームケーキ	米飯 吸い物(チンゲン菜・ナルト) あじのピーナツみそ焼き 豆腐とひき肉のにら炒め 大根の生姜酢和え 茶そば バナナカステラ	米飯 味噌汁(大根・大根葉) 鶏肉のバジル風味焼き えびと里芋の煮物 ひじきサラダ 卵豆腐 ロールケーキ			

都合によりメニューを変更することがありますのでご了承下さい。(食事制限のある方は別メニューで提供しています)