

(6月) 週間予定献立表

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝	ご飯 味噌汁 薩摩揚げの京風煮 おみ漬け白和え なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 豚バラ大根 からし菜お浸し だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナ入りオムレツ 大根とルッコラサラダ いんげんと人参のソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 筑前煮 チョレギサラダ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 メヌケの土佐煮 生姜と大豆のそぼろ煮 刻み野沢菜大根 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐小海老あん わらびのお浸し たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンキャベツ玉子炒め ラタトゥイユ セロリミックス 牛乳
昼	三色丼 味噌汁 里芋と根菜の煮つけ 即席漬け 果物	ご飯 味噌汁 鰯の照り焼き 含め煮 香の物 果物	ご飯 トマトと豆のスープ マスタードチキン ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 キノコのスープ 鰹の南蛮漬け 切干大根の洋風煮 香の物 果物	ご飯 味噌汁 ハンバーグ サラダ風お浸し 香の物 果物	麻婆焼きそば トマトのスープ 三色ナムル 果物	ご飯 野菜スープ スクランブルエッグ トマトのサラダ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮫) 茄子と豚肉の炒め物 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鰹の煮つけ 豚ニラ玉 香の物	ご飯 味噌汁 肉じゃが めかぶのポン酢醤油 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) グーヤの味噌金平 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅風味焼き コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) 里芋の千草あんかけ 香の物

(6月) 週間予定献立表

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝	ご飯 味噌汁 豚肉と焼き豆腐煮物 みかん入りなます うぐいす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏の西京焼き 落と油揚げの煮物 胡瓜めかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 笹かまぼこ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 鯛の甘露煮 わかめと蟹かま中華和え もやし梅あえ 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ シェルマカロニサラダ キャロットラペ 牛乳	ご飯 味噌汁 三角厚揚げ和風煮 茄子の山椒煮 山形だし 牛乳	ご飯 味噌汁 南瓜ベイクドエッグ 白菜コールスロー 三色ピクルス 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 カジキの柚子胡椒焼き 冬瓜とオクラの含め煮 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉の茸ソース ブロッコリー海老サラダ 香の物 果物	ご飯 そうめん汁 鯖の味噌煮 茄子とひき肉の炒め物 香の物 果物	ポークカレー わかめスープ ラタトゥイユ 果物	ご飯 味噌汁 鱸の塩麴焼き 含め煮 香の物 果物	焼うどん かきたま汁 オクラの和え物 果物	ご飯 味噌汁 白身魚のムニエル 野菜サラダ 香の物 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 魚のしぐれ煮 モヤシ炒め 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のしゃぶ風 薩摩芋の甘煮 香の物	ご飯 味噌汁 鰹の照り焼き おひたし 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜煮 冷ややっこ 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 豆腐のチャンプルー 香の物	ご飯 味噌汁 牛ひき肉の柳川風 もずく酢 香の物