

週間予定献立表 (6月)

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝	ご飯 味噌汁 変わり金平 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 油麩の炒め煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 大根のそぼろ煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ぜんまいの煮付け おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 五目煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜のたらこ和え とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 塩豚汁 鯖の味噌焼き 大根と鶏の粕煮 香の物 果物	ドライカレー わかめスープ 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 山菜汁 キスの南蛮漬け 南瓜の田楽 お浸し 果物	ご飯 なめこの中国風スープ 鶏の醤油煮 ごぼうの味噌金平 即席漬け 果物	ご飯 きのこスープ ハ宝菜 中華風冷奴 香の物 果物	焼きそば コンソメスープ 野菜サラダ 果物	菓子パン コンソメスープ 白身魚のトマトソース 野菜サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 牛肉のおろし焼き 豆腐サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 魚のしぐれ煮 野菜炒め 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 キャベツの梅肉和え 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚の蒲焼風 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め ごま油和え 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ ひじき煮 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉と茄子の卵とじ お浸し 香の物

週間予定献立表 (6月)

	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ とろろ芋 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじきの五色煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 青梗菜の炒めもの とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	そぼろ丼 味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 即席漬け 果物	ご飯 味噌汁 白身魚のフライ ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 ハンバーグ 薩摩芋のサラダ 香の物 果物	ご飯 きのこ汁 鰯西京焼き 炊き合わせ 香の物 果物	ご飯 ミネストローネ マスタードチキン マカロニサラダ 香の物 果物	そうめん 卵焼き 南瓜の甘煮 フルーツヨーグルト	菓子パン ワカメスープ スクランブルエッグ トマトサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 焼き魚(ホッケ) 茄子とひき肉の炒め物 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 鰯の煮付け 豚ニラ玉 香の物	ご飯 味噌汁 肉じゃが めかぶのポン酢しょうゆ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の生姜焼き コールスロー 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) ゴーヤの味噌金平 香の物