

2023

令和5年

6月献立表



日

月

火

水

木

金

土

	1日	2日	3日
朝	御飯 味噌汁 含め煮 いんげんのごま和え 漬物 牛乳	パン コンソメス-プ 野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 高野卵のあんかけ風 お浸し 漬物 ヤクルト
昼	冷やしぶっかけうどん おにぎり 鶏肉の唐揚げ 中華サラダ オレンジゼリー	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 南瓜の含め煮 もずくの生姜酢 フルーツ お吸い物	御飯 たらの香味ソースかけ 付け合わせ かに玉 豆サラダ 漬物 味噌汁
夕	御飯 あじの和風ムニエル 付け合わせ じゃが芋の煮物 おかか和え 漬物 お吸い物	わかめ御飯 野菜炒め 麻婆豆腐 磯和え 中華スープ 	御飯 鶏肉の梅しそ焼き 付け合わせ がんもの含め煮 和え物 漬物 お吸い物

	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
朝	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 磯和え ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 春雨の卵とじ ごま和え 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 卵の花 和え物 味付けのり 牛乳	パン コンソメス-プ 野菜のソテー 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも ごま和え 漬物 ヤクルト
昼	御飯 松風焼き 付け合わせ 糸こんにゃくの炒り煮 おかか和え 煮豆 味噌汁	★名湯だより 緑茶葉御飯 イカメンチ 付け合わせ カツオ入りキッシュ 桜海老わさびマヨかけ 漬物 お吸い物	カレーライス 漬物 かぼちゃフライ 中華サラダ フルーツカクテル	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根) 炊き合わせ ツナ和え 漬物 お吸い物	御飯 赤魚の梅煮 付け合わせ 大根とがんもの煮物 もずくの生姜酢 漬物 お吸い物	冷やし中華 おにぎり 春巻き しらす和え 桃のゼリー 	御飯 鶏肉のの葱ソースかけ 付け合わせ かに玉 ピーナツ和え フルーツ野菜ゼリー 味噌汁
夕	御飯 さけの味噌マヨ焼き 付け合わせ 卵とじ 酢の物 漬物 わかめスープ	御飯 メヌケのおろし煮 付け合わせ 鶏肉と大根の煮物 ポテトサラダ 漬物 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ 金平ごぼう 辛子和え 漬物 お吸い物	御飯 コロッケ 付け合わせ 南瓜の海老あんかけ 豆サラダ フルーツ 味噌汁	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ ひじきの煮物 しらたきの真砂和え 煮豆 味噌汁	御飯 ポークチャップ 付け合わせ 茄子の煮物 大根と貝柱のサラダ 漬物 味噌汁	十五穀米御飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ 高野の含め煮 錦糸かけ 漬物 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 生姜醤油和え 味付けのり 牛乳	パン パンプキンスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 さわらの塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え 味付けのり 牛乳	パン コンソメス-プ オムレツ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ ごま和え 漬物 ヤクルト
昼	<松花堂弁当> ちらし寿司 銀鱈の黄身焼き 天ぷら 天つゆ 煮〆盛り合わせ ポテトサラダ 茶碗蒸し 白和え デザート お吸い物	ラーメン おにぎり ホタテフライ 中華和え フルーツ	御飯 鶏肉の唐揚げ 付け合わせ 里芋の煮物 辛子和え 煮豆 味噌汁	中華丼 ビーフソテー ピーナツ和え 季節のデザート ワンタンスープ 	そうめん(冷) つゆ おにぎり コロッケ 酢の物 ぶどうゼリー 	御飯 あじのムニエル 付け合わせ ジャーマンポテト 冷奴 漬物 味噌汁	御飯 さわらのもろみ焼き 付け合わせ レンコンとがんもの煮物 磯和え 煮豆 お吸い物
夕	御飯 くわ焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 磯和え 漬物 味噌汁	御飯 肉団子の甘酢がらめ なすと五目豆腐の煮物 なめたけ和え 漬物 わかめスープ	ゆかり御飯 バサのレモン蒸し きんぴらレンコン 春雨の酢物 フルーツ お吸い物	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 ごま和え 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉の梅しそ焼き 付け合わせ ふるふき大根 しらす和え 煮豆 お吸い物	御飯 牛肉と野菜のみそ炒め 含め煮 もずくの生姜酢 フルーツ お吸い物	御飯 すき焼き風 南瓜のかにあんかけ 豆サラダ 漬物 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根煮 青菜と沢庵の和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ 野菜のソテー 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 高野卵のあんかけ風 ごま和え 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 和え物 漬物 牛乳	パン コンソメス-プ スクランブルエッグ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 チキンカツ 付け合わせ いか大根 ゆかり和え 味噌汁 杏仁フルーツ	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ 卵焼き 中華サラダ 煮豆 お吸い物	三色丼 あじフライ 胡瓜の酢味噌和え フルーツ 味噌汁	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 卵とじ ポンス和え 漬物 お吸い物	焼きそば おにぎり ナムル コンソメス-プ マスカットゼリー	御飯 松風焼き 付け合わせ いかと里芋の煮物 もずくの生姜酢 漬物 お吸い物	カレーライス 漬物 マカロニサラダ コロッケ フルーツ
夕	御飯 あじの青のりピカタ 付け合わせ ジャーマンポテト なます 漬物 お吸い物	きのこご飯 たらの磯辺揚げ 付け合わせ 茄子のそぼろ煮 しらたきの真砂和え 昆布佃煮 味噌汁	御飯 さけの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) ひじきの煮物 おかか和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉の南蛮漬 がんものおろし煮 スバゲティーサラダ フルーツ 味噌汁	御飯 ぶりの照り焼き 付け合わせ そぼろ煮 三色和え 漬物 味噌汁	菜飯 赤魚のおろし煮 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 ピーナツ和え 煮豆 味噌汁	<バイキング>
朝	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コンソメス-プ スクランブルエッグ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 さわらの塩焼き お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ フィッシュソージと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
昼	御飯 豚肉の柳川風 磯辺揚げ豆腐 酢の物 漬物 お吸い物	炊き込み御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ ビーフソテー ポテトサラダ 煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉の唐揚げ 付け合わせ 里芋の煮物 白和え 漬物 わかめスープ	チャンポン おにぎり 春巻き ナムル フルーツ	御飯 さけのマスタード焼き 付け合わせ ひじきの煮物 しらたきの真砂和え 漬物 お吸い物	牛丼 ミートコロッケ みょうが入り酢の物 桃のゼリー 味噌汁	
夕	御飯 ムルサの長芋蒸し 五目豆腐の煮物 しめじと青菜の和え物 フルーツ 味噌汁	御飯 あじのムニエル 付け合わせ かぼちゃのいとこ煮 酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 バサのパン粉焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 ツナ和え フルーツ 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ 付け合わせ しめじと糸こんにゃくの卵とじ 豆サラダ 漬物 味噌汁	えだ豆御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ じゃが芋のそぼろ煮 なます 漬物 味噌汁	御飯 さばの竜田揚げ 付け合わせ きんぴらレンコン ポンス和え 漬物 お吸い物	