



6月昼食メニュー



日	曜日	食 事	おやつ
1	月	鯖の塩焼き、小松菜とツナのマヨ和え、大豆の煮物、味噌汁、果物	黒胡麻饅頭
2	火	他人煮、竹輪の照り焼き、レタスと林檎のサラダ、すまし汁、果物	カステラ
3	水	ちらし寿司、南瓜の含め煮、けんちん汁、果物	サブレ
4	木	鶏肉揚げおろし煮、厚揚げの煮付け、胡瓜の酢の物、味噌汁、果物	イチゴミルク
5	金	煮魚、じゃが芋千切り炒め、赤だし、焼き茄子、果物	長崎カステラ
6	土	カレーライス、野菜サラダ、ヨーグルト和え	乳菓饅頭
7	日	お休み	
8	月	おにぎり、やきそば、フルーツポンチ、味噌汁、シュウマイ	抹茶饅頭
9	火	魚の竜田揚げ、長芋の白煮、胡瓜の酢の物、赤だし、果物	バームクーヘン
10	水	鮭のタルタルソースかけ、大根の煮物、アスパラ磯和え、味噌汁、果物	カルシウムボーロ
11	木	ゆかり御飯、ちゃんぽん、大学芋風、みつ豆	夏みかんゼリー
12	金	炊き込み御飯、魚の柚庵焼き、てんぷら、炊き合わせ、すまし汁	おやつ作り
13	土	炒り鶏、レタスポン酢和え、高野豆腐の卵とじ、味噌汁、果物	ヨーグルトゼリー
14	日	お休み	
15	月	海老玉とじ、キャベツの酢の物、味噌汁、果物	饅頭
16	火	魚の香梅煮、南瓜サラダ、湯豆腐、味噌汁、果物	小豆蒸しパン
17	水	中華丼、もやしの胡麻酢和え、味噌汁、みつ豆	おやつ作り
18	木	赤飯、かき揚げ、天つゆ、小松菜おかか和え、味噌汁、果物	ショートケーキ
19	金	鶏肉のホイル焼き、お浸し、茄子の味噌炒め、すまし汁、果物	酒饅頭
20	土	牛丼、和風サラダ、味噌汁、果物	フルーツカステラ
21	日	お休み	
22	月	鶏肉マリネ、アスパラマヨ和え、きんぴらごぼう、味噌汁、果物	ロールケーキ
23	火	和風ハンバーグ、もやしの土佐和え、ジャーマンポテト、味噌汁、果物	饅頭
24	水	豆腐の蟹あんかけ、さつま芋レモン煮、おかか和え、味噌汁、果物	アイスゼリー
25	木	白身魚フライ、おかか和え、じゃが芋そぼろ煮、味噌汁、果物	栗饅頭
26	金	かやくご飯、冷やしうどん、胡瓜の甘酢漬け、果物	フルーツカステラ
27	土	揚げ魚のケチャップあん、レタスと林檎のサラダ、じゃが芋煮、味噌汁、果物	きなマンジェ
28	日	お休み	
29	月	茄子のはさみ揚げ、ブロッコリーのマヨ和え、味噌汁、里芋含め煮、果物	チョコカステラ
30	火	ひじきご飯、だし巻き卵、長芋蟹あんかけ、豚汁、果物	饅頭

都合により変更する事があります。