

令和7年6月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	6月1日(日)	6月2日(月)	6月3日(火)	6月4日(水)	6月5日(木)	◆6月6日(金)	6月7日(土)								
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳								
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 ブロッコリーのサラダ	赤飯 ホキの白醤油焼き 吸物 ごま和え 甘酒	御飯 エビチリ春雨 中華スープ ザーサイ和え	御飯 鶏の青じそ炒め あおさと茄子の味噌汁 ほうれん草のとろろ昆布和え	フレンチトースト ポトフ 里芋サラダ	昆布と梅の炊きこみごはん 鮭の塩焼き けんちん汁 山芋のわさび和え	里芋と小松菜のキーマカレー マカロニサラダ フルーツヨーグルト 福神漬								
間	すいーとぼてと	どら焼き	野菜生活	もみじ饅頭	クリームブッセ	気になる野菜	丸ボーロ								
夕食	御飯 回鍋肉 スープ 呉豆腐	御飯 肉じゃがオムレツ 野菜スープ サラダ	御飯 焼き豆腐のなめこあんかけ 味噌汁 牛ごぼう金平	御飯 太刀魚の山椒焼き スープ 糸こんの卵とじ	御飯 鯖の味噌漬焼き 吸物 ひじきの五目煮	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 もずくの酢の物	御飯 サバの塩麹焼き 味噌汁 大根のそぼろ煮								
	6月8日(日)	6月9日(月)	6月10日(火)	6月11日(水)	6月12日(木)	6月13日(金)	6月14日(土)								
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳								
昼食	御飯 煮魚 吸物 オクラサラダ	御飯 揚げ里芋の麻婆あんかけ スープ ハンサンスー	生姜ごはん 牛肉と茄子の炒め物 スープ もずくのだし和え	御飯 カレイのトマトソースかけ グリーンピースのポターージュ サラダ	御飯 豚肉と里芋の煮物 吸物 冷奴	御飯 煮魚 吸物 だし巻き卵	御飯 焼き魚のなめ草おろしのせ 鶏とごぼうの味噌汁 小松菜のおかか和え								
間	バームクーヘン	飲むヨーグルト	原宿ドッグ	黒棒	赤ぶどうジュース	破れ饅頭	カスタードケーキ								
夕食	御飯 牛肉の中華炒め スープ 煮豆	御飯 鮭のポン酢バター焼き ニラたま味噌汁 南瓜の煮物	御飯 ホキの竜田焼き 吸物 のりナムル	御飯 鶏のおろし玉葱炒め スープ さつまいもとりんごの甘煮	御飯 麦ごはん サバの漬焼き みぞれ汁 とろろ	御飯 キーマカレー スパサラダ フルーチェ 福神漬	御飯 じゃが芋のパン粉焼き 味噌汁 トマトのなめ草和え								
	★6月15日(日)	6月16日(月)	6月17日(火)	6月18日(水)	6月19日(木)	6月20日(金)	6月21日(土)								
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳								
昼食	混ぜ寿司 吸物 サラダ ゼリー	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 酢の物	ぶっかけ肉そば じゃが芋の金平 サラダ	御飯 ハンバーグ ほうれん草のミルクスープ ズッキーニのソテー	御飯 ピーズ御飯 煮魚 茶碗蒸し 三色なます	サンドイッチ ビーフシチュー サラダ	御飯 鶏のおろし玉葱炒め スープ ポテトサラダ								
間	ミルージュ	焼きプリンタルト	シュークリーム	りんごジュース	もみじ饅頭	バームクーヘン	野菜生活								
夕食	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 炒り豆腐	御飯 鶏肉と大根の甘辛煮 味噌汁 さつまいもサラダ	御飯 鯖の味噌煮 吸物 大根のしば漬け和え	御飯 ホキののりマヨ焼き みぞれ汁 オクラのとろろ和え	御飯 鶏肉と茄子のトマト煮 たまごスープ 切干大根のサラダ	御飯 赤魚の梅じそ焼き 吸物 和風ビーフン	御飯 ホキの昆布茶焼き 吸物 空豆のじゃこ煮								
	6月22日(日)	6月23日(月)	6月24日(火)	6月25日(水)	6月26日(木)	6月27日(金)	6月28日(土)								
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン バイクドエッグ バナナ 牛乳								
昼食	御飯 サバの煮付け とろたまスープ 甘酢生姜和え	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 吸物 卵豆腐の生姜あんかけ	御飯 ホッケの白醤油焼き 豚汁 冷奴	三色丼 吸物 かくや和え	えびとトマトのカレー サラダ 果物 福神漬	御飯 肉豆腐 吸物 甘夏サラダ	御飯 カレイのバター醤油焼き 豆乳スープ サラダ								
間	丸ボーロ	原宿ドッグ	赤ぶどうジュース	カエデの実	黒棒	ジョア	カスタードケーキ								
夕食	御飯 ポークチャップ 吸物 サラダ	御飯 鮭とさつま芋のクリーム煮 スープ トマトサラダ	御飯 味噌つくね焼き たまごのコンソメスープ 焼き茄子のめんつゆ浸し	御飯 赤魚のおろしポン酢のせ 吸物 厚揚げの高菜炒め	御飯 バーベキューチキン 野菜スープ サラダ	御飯 サバの塩焼き 味噌汁 深山和え	御飯 鶏肉と麩の親子煮 吸物 辛子和え								
	6月29日(日)	6月30日(月)	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">★行事食★</td> <td style="text-align: center;">◆食の記念日◆</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">15日(日) 父の日</td> <td style="text-align: center;">6日(金) 梅の日</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">*旬の食材*</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">かつお、さわら、メバル らっきょう、しそ、みょうが、白瓜</td> </tr> </table>					★行事食★	◆食の記念日◆	15日(日) 父の日	6日(金) 梅の日	*旬の食材*		かつお、さわら、メバル らっきょう、しそ、みょうが、白瓜	
★行事食★	◆食の記念日◆														
15日(日) 父の日	6日(金) 梅の日														
旬の食材															
かつお、さわら、メバル らっきょう、しそ、みょうが、白瓜															
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ													
昼食	御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 呉豆腐	御飯 鮭の昆布茶焼き ちゃんこ汁 酢味噌和え													
間	クリームコンフェ	もみじ饅頭													
夕食	御飯 豚肉と茄子のポン酢炒め スープ サラダ	御飯 山芋のお好み焼き風 味噌汁 浅漬け													