

令和4年 6月分

# 献立表 (昼食)



| 日  | 曜日 | メニュー                                 | おやつ     |
|----|----|--------------------------------------|---------|
| 1  | 水  | 赤飯、煮魚、吸物、白和え、甘酒                      | どら焼き    |
| 2  | 木  | 御飯、肉じゃがオムレツ、野菜スープ、サラダ、◆オムレツの日◆       | すいとんぼてと |
| 3  | 金  | チキンカレー、サラダ、果物、らっきょう、                 | みかんジュース |
| 4  | 土  | 御飯、エビチリ春雨、中華スープ、ザーサイ和え、              | クリームブッセ |
| 5  | 日  | 休館日                                  |         |
| 6  | 月  | 御飯、蒸し鶏の梅肉ソースかけ、けんちん汁、ごま和え、◆梅の日◆      | もみじ饅頭   |
| 7  | 火  | 舞茸ごはん、サバの竜田揚げ、あおさと茄子の味噌汁、酢の物、        | 野菜生活    |
| 8  | 水  | クロックムッシュ、ポトフ、サラダ、デザート、               | バームクーヘン |
| 9  | 木  | 御飯、鶏の青じそ炒め、吸物、ブロッコリーのサラダ、            | 黒糖饅頭    |
| 10 | 金  | 御飯、カレイのカレーマヨ焼き、アスパラのポターージュ、豆サラダ、     | 飲むヨーグルト |
| 11 | 土  | 御飯、カニ入りふくさ焼き、つみれ汁、もずく酢、              | パンケーキ   |
| 12 | 日  | 休館日                                  |         |
| 13 | 月  | 御飯、海鮮すり身のあおさあんかけ、かきたま味噌汁、里芋のおかか煮、    | りんごジュース |
| 14 | 火  | 御飯、チャプチェ、スープ、冷奴、                     | 原宿ドッグ   |
| 15 | 水  | ピース御飯、メバルの山椒煮、吸物、甘酢生姜和え、◆生姜の日◆       | 破れ饅頭    |
| 16 | 木  | 御飯、すすきのなめ茸おろしのせ、鶏とごぼうの味噌汁、小松菜のおかか和え、 | はっこう豆乳  |

| 日  | 曜日 | メニュー                         | おやつ      |
|----|----|------------------------------|----------|
| 17 | 金  | おろしぶっかけうどん、煮豆、チキンサラダ、ヨーグルト、  | シュークリーム  |
| 18 | 土  | 御飯、牛肉と大根の甘辛煮、吸物、酢の物、         | とと焼き     |
| 19 | 日  | 休館日                          |          |
| 20 | 月  | 御飯、揚げ茄子の麻婆あんかけ、スープ、サラダ、      | パンケーキ    |
| 21 | 火  | 菜めし、煮魚、茶碗蒸し、三色なます、           | クリームブッセ  |
| 22 | 水  | 御飯、チーズハンバーグ、レタススープ、和風ポテトサラダ、 | 野菜生活     |
| 23 | 木  | サンドイッチ、ビーフシチュー、サラダ、デザート、     | もみじ饅頭    |
| 24 | 金  | 十六穀ごはん、サバの塩焼き、ちゃんこ汁、酢味噌和え、   | シュークリーム  |
| 25 | 土  | 御飯、スズキの黄金焼き、吸物、山芋ののり和え、      | ミルージュ    |
| 26 | 日  | 休館日                          |          |
| 27 | 月  | キーマカレー、サラダ、フルーツヨーグルト、福神漬、    | 焼きドーナツ   |
| 28 | 火  | 御飯、鮭の塩麴焼き、豚汁、酢の物、            | みかんジュース  |
| 29 | 水  | 豚丼、吸物、かくや和え、                 | カエデの実    |
| 30 | 木  | 御飯、カレイの青のりムニエル、豆乳スープ、トマトサラダ、 | クリームコンフェ |

