

令和8年6月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	◆6月6日(土)	
朝食	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 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	
昼食	赤飯 赤魚のおろし煮 吸物 塩昆布和え 甘酒	御飯 ホキの白醤油焼き 吸物 ごま和え	御飯 ハンバーグ ほうれん草のミルクスープ ブロッコリーのサラダ	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	御飯 鶏の青じそ炒め あおさと茄子の味噌汁 ほうれん草の昆布茶和え	昆布と梅の炊きこみごはん 鮭の塩焼き けんちん汁 山芋ののり和え	
間	どら焼き	クリームブッセ	野菜生活	もみじ饅頭	すいーとぼてと	気になる野菜	
夕食	御飯 回鍋肉 スープ ザーサイ和え	御飯 肉じゃがオムレツ 野菜スープ サラダ	御飯 エビチリ春雨 中華スープ 牛ごぼう金平	御飯 太刀魚の漬焼き スープ 糸こんの卵とし	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	
	6月7日(日)	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	
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 サバの塩麹焼き 味噌汁 大根のそぼろ煮	御飯 揚げ里芋の麻婆あんかけ スープ バンサンスー	フレンチトースト クリームシチュー 里芋サラダ	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ジュ サラダ	雑穀ごはん 豚肉と里芋の煮物 吸物 冷奴	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 大根のしば漬和え
間	バームクーヘン	丸ボーロ	飲むヨーグルト	原宿ドッグ	黒棒	赤ぶどうジュース	シュークリーム
夕食	御飯 牛肉の中華炒め スープ 煮豆	御飯 鶏と茄子の甘酢炒め スープ もずくのだし和え	御飯 鮭のポン酢バター焼き ニろたま味噌汁 小松菜のおかか和え	御飯 ホキの竜田焼き 吸物 焼きなすサラダ	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 サバの漬焼き みぞれ汁 のりナムル	御飯 里芋のパン粉焼き 味噌汁 トマトのなめ草和え
	★6月14日(日)	6月15日(月)	◆6月16日(火)	6月17日(水)	◆6月18日(木)	6月19日(金)	6月20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 ベイクドエッグ 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 里芋サラダ バナナ 牛乳
昼食	うなぎの混ぜ寿司 吸物 南瓜の旨煮 デザート	御飯 焼き魚のなめ草おろしのせ 鶏とごぼうの味噌汁 サラダ	麦ごはん ホッケのみりん焼き 吸物 とろろ	ぶっかけ肉うどん じゃが芋の金平 サラダ	ほたて御飯 焼き豆腐のそぼろあんかけ 吸物 深山和え	御飯 サバの煮付け 吸物 甘夏サラダ	ピース御飯 煮魚 茶碗蒸し 三色なます
間	カスタードケーキ	りんごジュース	焼きプリンタルト	もみじ饅頭	バームクーヘン	ミルージュ	破れ饅頭
夕食	御飯 煮魚 吸物 だし巻き卵	御飯 ポークカレー スパサラダ フルーチェ 福神漬	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 人参の高菜炒め	御飯 ホキののりマヨ焼き 吸物 切干大根のサラダ	御飯 鶏肉と茄子のトマト煮 野菜スープ サラダ	御飯 味噌つくね焼き 吸物 ポテトサラダ
	6月21日(日)	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)
朝食	御飯 味噌汁 里芋とちくわの鳴門煮 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 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 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鶏のおろし玉葱炒め スープ 煮豆	焼肉丼 吸物 焼き茄子のめんつゆ浸し	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 吸物 オクラのとろろ和え	御飯 ホッケの白醤油焼き 豚汁 卵豆腐のしょうがあんかけ	サンドイッチ ビーフシチュー サラダ	えびとトマトのカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 肉豆腐 吸物 かくや和え
間	ジョア	丸ボーロ	カエデの実	赤ぶどうジュース	黒棒	カスタードケーキ	野菜生活
夕食	御飯 ホキの昆布茶焼き 吸物 空豆のじゃこ煮	御飯 赤魚の梅じそ焼き 吸物 和風ビーフン	御飯 鮭とさつまいものクリーム煮 スープ トマトサラダ	御飯 ポークチャップ コーンスープ ズッキーニのソテー	御飯 赤魚のおろしポン酢のせ 味噌汁 炒り豆腐	御飯 バーベキューチキン たまごのコンソメスープ サラダ	御飯 サバの塩焼き 味噌汁 甘酢生姜和え
	6月28日(日)	6月29日(月)	6月30日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>14日(日) 父の日</p> <p>◆食の記念日◆</p> <p>6日(土) 梅の日 16日(火) 麦とろの日 18日(木) ほたての日</p> <p>*旬の食材*</p> <p>かつお、さわら、メバル らっきょう、しそ、みょうが、白瓜</p> </div>			
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				
昼食	御飯 太刀魚のタレ焼き ちゃんこ汁 サラダ	御飯 豚肉と茄子のポン酢炒め とろたまスープ トマトサラダ	御飯 鮭の昆布茶焼き 豆乳スープ 酢味噌和え				
間	原宿ドッグ	もみじ饅頭	クリームコンフェ				
夕食	御飯 鶏肉と麩の親子煮 吸物 辛子和え	御飯 カレイのバター醤油焼き スープ サラダ	御飯 山芋のお好み焼き風 味噌汁 浅漬け				