



6月の献立表



日付	昼食	日付	昼食
1日 (月)	ご飯 赤魚の煮つけ 五目塩きんぴら 玉ねぎと厚揚げの味噌汁 りんごゼリー	16日 (火)	ご飯 タンドリーチキン ほうれん草の洋風おひたし マカロニ入りコンソメスープ ヨーグルトゼリー
2日 (火)	焼き鳥丼 ほうれん草のおかかごま和え お麩のすまし汁 オレンジゼリー	17日 (水)	ご飯 白身魚の味噌焼き 和風ポテトサラダ 秋野菜の豚汁 果物
3日 (水)	三色丼 ひじきのサラダ バチ汁 ぶどうゼリー	18日 (木)	ご飯 豚肉の生姜炒め 長芋の青のり和え 切り干し大根のみそ汁 青りんごゼリー
4日 (木)	ご飯 厚揚げとツナのチャンプル のりしお粉ふき芋 和風肉団子スープ 果物	19日 (金)	ご飯 ミートボールのデミソース煮 ミニオムレツ 洋風きんぴら 果物
5日 (金)	ご飯 鮭の塩焼き おからのカレーポテサラ風 のっぺい汁 果物	22日 (月)	ご飯 肉豆腐 ブロッコリーのおかかポン酢和え バチ汁 果物
8日 (月)	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き チーズサラダ コンソメスープ パインゼリー	23日 (火)	ご飯 白身魚のチーズパン粉焼き ごぼうサラダ ポークビーンズ ももゼリー
9日 (火)	ご飯 豆腐入りポークハンバーグ かぼちゃのサラダ オニオンコンソメスープ ぶどうゼリー	24日 (水)	麻婆丼 もやしときくらげのナムル 中華風スープ 果物
10日 (水)	ナポリタン ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ 果物	25日 (木)	ご飯 しらす入りチーズオムレツ 海藻サラダ ポトフ風スープ りんごゼリー
11日 (木)	ツナカレー ワカメいろどりサラダ フルーツヨーグルト	26日 (金)	ビーンズキーマカレー チーズサラダ フルーツヨーグルト
12日 (金)	ビビンバ丼 長芋のごま風味和え 青梗菜のスープ ぶどうゼリー	29日 (月)	ご飯 あじフライ ほうれん草のなめ茸和え 五目すまし汁 オレンジゼリー
15日 (月)	ご飯 ポークチャプチェ えびしゅうまい 中華風コーンスープ 果物	30日 (火)	ご飯 お好み焼き風卵焼き ブロッコリーの塩昆布和え えび団子のすまし汁 果物

