

令和6年 6月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	・	・	・	・	・	・	1
朝食							ロールパン・ジャム・バター ブロッコリーのガーリック炒め ベーコンのスープ・ヨーグルト
夕食							そうめん・タコの酢の物 チヂミ・サラダバー ご飯・果物
日	2	3	4	5	6	7	8
朝食		オムレツ・ウインナー 小魚の佃煮・サラダバー ご飯・みそ汁	よだれ鶏・春雨の炒め物 サラダバー ご飯・みそ汁	鶏つくね・茄子のお浸し サラダバー ご飯・みそ汁	豚バラと白滝の甘辛炒め 卵焼き・サラダバー ごはん・みそ汁	ミートボール・焼き魚 トマト浅漬け・サラダバー ご飯・みそ汁	エッグサンド アスパラとベーコンのソテー ポターージュ・ヨーグルト
夕食		五目炊き込みご飯 魚の煮つけ・小松菜のお浸し サラダバー・みそ汁・果物	回鍋肉・芋煮 3色ナムル・サラダバー ご飯・みそ汁	オムライス・キャロットラペ サラダバー・スープ・果物	あんかけ焼きそば 春巻き・サラダバー ご飯・中華スープ	カレーライス・トッピング サラダバー・みそ汁	肉うどん・サラダバー 甘辛レンコン焼き ご飯・果物
日	9	10	11	12	13	14	15
朝食		ポークソテー・ちくわの煮物 サラダバー ご飯・みそ汁	厚揚げの胡麻生姜焼き 目玉焼き・サラダバー ご飯・みそ汁	豚肉の梅しそ和え・サラダバー 小松菜とシラスの炒め物 ごはん・みそ汁	焼き魚・卵焼き ほうれん草お浸し・サラダバー ご飯・みそ汁	肉団子の甘酢炒め 冷ややっこ・サラダバー ごはん・みそ汁	ホットドッグ・サラダバー 青のりポテトフライ コンソメスープ・ヨーグルト
夕食		いかと豆腐の甘辛煮 はんぺんのコーン揚げ サラダバー ご飯・みそ汁	魚の南蛮漬け 八宝菜・サラダバー ご飯・みそ汁	牛丼・茶碗蒸し こんにゃくピリ辛焼き サラダバー・みそ汁	ベンネグラタン あさり酒蒸し・サラダバー ご飯・ミネストローネ	カレーライス・トッピング サラダバー・ワンタンスープ	とろろそば・かしわ天 ひじきの煮物・サラダバー ご飯・果物
日	16	17	18	19	20	21	22
朝食		ベーコンとキャベツの炒め物 さつま揚げ・卵サラダ ご飯・みそ汁	卵とカニカマ中華炒め アスパラベーコン・サラダバー ご飯・みそ汁	鶏の味噌焼き 小松菜お浸し・ポテトサラダ ご飯・みそ汁	鶏の甘辛炒め スクランブルエッグ・サラダ ご飯・コンソメスープ	豆腐ときのこの炒め物 ピーマンとちくわのきんぴら サラダバー ご飯・みそ汁	焼きそばパン・サラダバー オニオンスープ フルーツゼリー
夕食		鶏のトマトチーズ焼き マッシュポテト・サラダバー クラムチャウダー	きのこの炊き込みご飯 海鮮チジミ・チャブチェ サラダバー・みそ汁	ガバオライス・切干大根煮物 サラダバー・豆乳スープ	和風パスタ・鶏ザンギ サラダバー ご飯・みそ汁	カレーライス・トッピング サラダバー・ポターージュ	なんでもたこ焼き サラダ・たまごスープ
日	23	24	25	26	27	28	29
朝食		豚こまキャベツ炒め 目玉焼き・サラダバー ご飯・みそ汁	ジャーマンポテト ちくわのチーズマヨ焼き サラダバー・ご飯・みそ汁	チキンナゲット・冷ややっこ キノコのナムル・サラダバー ご飯・みそ汁	豚の生姜焼き 目玉焼き・サラダバー ご飯・みそ汁	鶏そぼろ・サラダバー きゅうりとなすのピリ辛和え ご飯・みそ汁	てりたまチキンサンド サラダバー・クラムチャウダー ヨーグルト・フルグラ
夕食		ツナの炊き込みご飯 メンチカツ・白菜のお浸し サラダバー・みそ汁	魚のバターポン酢焼き 肉じゃが・サラダバー ご飯・みそ汁	ロコモコ丼・カボチャコロッケ サラダバー・みそ汁	シーフードスパゲティ オープンオムレツ・サラダバー ご飯・コンソメスープ	カレーライス・トッピング サラダバー・中華スープ	味噌ラーメン 焼売・サラダバー ご飯・果物
日	30	・	・	・	・	・	・
朝食							
夕食							