

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 6月

[寿荘]

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)
朝食	米飯 白みそ汁(小松菜、玉ねぎ) 枝豆そぼろ ふりかけ(瀬戸風味)	米飯 合みそ汁(厚揚げ、ほうれん草) チキン二色巻き のり佃煮	中華粥 厚焼き玉子 なめ茸	米飯 合せみそ汁(豆腐、なめこ) 白菜浅漬け 小粒納豆 もずく(納豆禁止者用)	米飯 赤みそ汁(なす、もやし) ごぼうサラダ ふりかけ(ゆかり)	豆乳パン コンソメスープ オムレツ	米飯 白みそ汁(えのき、あげ) ベーコンエッグ 野沢菜のり	米飯 赤みそ汁(小松菜、はんぺん) いわし梅煮 ふりかけ(たまご)	米飯 合せみそ汁(南瓜、えのき) 根菜と大豆のトマト煮 かつおみそ	雑炊 豆のごま和えサラダ 梅干し
朝間食	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	米飯 鶏の照り焼き 角麩の煮物 春雨の酢の物	米飯 豚とさつまいもの甘辛煮 アスパラのかにあんかけ 蒸しナス	米飯 さばの塩焼き 車麩の煮物 白桃	☆郷土料理 兵庫県 ぼっかけ焼きそば 姫路おでん 丹後の黒豆	米飯 エビカツ マカロニのクリーム煮 かぼちゃサラダ	米飯 回鍋肉 小籠包 絹揚げのおろしポン酢和え	米飯 さわらの幽庵焼 たけのこの炒り煮 ちくわのわさび和え	米飯 海鮮豆腐中華あん もやしの肉味噌かけ バナナ	きつねうどん カツオかつ フルーツヨーグルト	カレーライス ブロッコリーのお浸し オレンジ
夕食	米飯 鮭の洋風煮 こんにゃくの炒り煮 いんげんのくるみみそ	米飯 揚げたらの野菜あんかけ ごぼう巻きの煮物 水菜のゆかり和え	米飯 麻婆ナス ほうれん草のソテー 長芋の梅肉和え	米飯 ホキのバター醤油焼き ふきのそぼろ煮 しらたきの当座煮	米飯 豚肉と卵の炒め物 里芋とれんこんのうま煮 トマトのマリネ	米飯 白身魚のトマト煮 じゃが芋と切昆布の煮物 菜の花のナッツ和え	米飯 牛肉と大根の味噌煮 さつまいもの煮物 蒸し鶏のごまタレサラダ	米飯 チキンソテー マスタードソース れんこんのうま煮 レタスのシーザーサラダ	米飯 ほっけのみりん焼き チンゲン菜のくず煮 オクラとキムチの長芋すりおろし	米飯 太刀魚の生姜煮 白菜のスープ煮 3色ピーマンのナムル
	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
朝食	米飯 合せみそ汁(大根、あげ) 切昆布の子和え ふりかけ(かつお)	米飯 合せみそ汁(豆腐、ほうれん草) 梅はるさめ 味のり	米飯 赤みそ汁(里芋、白菜) 水菜とザーサイの和え物 ふりかけ(たらこ)	米飯 白みそ汁(小松菜、はんぺん) 豆乳がんと煮 ゆずみそ	米飯 合せみそ汁(なめこ、わかめ) オクラと豆の和え物 ふりかけ(瀬戸風味)	米飯 合せみそ汁(厚揚げ、白菜) モロヘイヤのお浸し のり佃煮	中華粥 スクランブルエッグ 梅干し	米飯 合せみそ汁(大根、わかめ) みぶな漬け 小粒納豆 もずく(納豆禁止者用)	米飯 赤みそ汁(里芋、キャベツ) れんこん梅おほか和え ねぎみそ	黒糖パン コンソメスープ ほうれん草オムレツ
朝間食	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	☆あじさい弁当	米飯 たらの香草パン粉焼き マカロニのミートソース スナッペンどうのなたね和え	ハヤシライス いんげんとにんじんの炒り煮 りんごのコンポート	米飯 アジフライ ひじき煮 黄桃	米飯 田舎煮 高野豆腐の玉子とじ メカブとオクラの和え物	米飯 さばみりん 豆昆布 レタスのイタリアンマリネ	ジャージャー麺 わかめスープ フルーツヨーグルト	かつ丼 さつまいもと糸昆布の煮物 オレンジ	米飯 豚キムチ炒め 筍とはんぺんの煮物 よだれ豆腐	米飯 ホキの磯辺揚げ 厚揚げの炒り煮 ひじきと枝豆のパスタサラダ
夕食	米飯 柳川風煮 がんと小松菜の煮物 彩り野菜と昆布の和え物	米飯 豚と筍のさっぱり炒め コロツケ きゅうりの汐昆布和え	米飯 大根と玉子のこってり煮 長芋の炒り煮 トマトの和え物	米飯 豚肉の照り焼き 白菜の中華煮 カリフラワーのマスタード和え	米飯 ぶり大根 ロールキャベツのトマト煮 山菜こんにゃくの酢和え	米飯 牛肉としめじのみぞれ煮 ほうれん草のクリーム煮 ちくわのゆかり和え	米飯 鮭の柚子こしょう焼き 炒り豆腐 ナスのナムル	米飯 あじのねぎ味噌焼き えびとアスパラの香味炒め 菜の花のわさび和え	米飯 赤魚の煮つけ 鶏とじゃが芋のカレー風味煮 きゅうりの酢の物	米飯 鶏肉の西京焼き 南瓜の洋風煮 チンゲン菜の中華和え
	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)
朝食	米飯 合せみそ汁(南瓜、絹さや) 枝豆がんと たいみそ	米飯 白みそ汁(春菊、白はんぺん) 肉詰めいなり ふりかけ(たまご)	米飯 合せみそ汁(じゃが芋、玉ねぎ) あわび茸時雨煮 ゆずみそ	雑炊 梅ひじき わさび菜お浸し	米飯 合せみそ汁(なす、絹さや) 豆と根菜和え ふりかけ(さけ)	米飯 赤みそ汁(大根、わかめ) 桜えびとオクラのお浸し 味のり	米飯 合せみそ汁(豆腐、ほうれん草) ミートボール ねり梅	米飯 合せみそ汁(小松菜、はんぺん) エビ団子煮 もろみみそ	米飯 赤みそ汁(なめこ、わかめ) オクラと蒸し鶏のあんかけ ふりかけ(のり香味)	米飯 合せみそ汁(厚揚げ、キャベツ) 昆布巻き 小粒納豆 もずく(納豆禁止者用)
朝間食	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	米飯 ほっけの唐揚げ 玉ねぎ半片の煮物 マカロニのたらこ和え	米飯 牛肉と春雨の韓国風炒め 豆腐の中華かにかん 白桃	山菜そば かき揚げ 長芋のすりおろし	米飯 メンチカツ 魚河岸のあんかけ バナナ	☆誕生会 寿司盛り すまし汁 真鯛の梅肉添え 季節のフルーツ	米飯 八宝菜 さつまいものレモン煮 拌三絲	米飯 さばの煮つけ 高野豆腐のひじき煮 スナッペンどうと卵の和え物	米飯 あんかけ豆腐 かにかまの磯辺揚げ フルーツヨーグルト	米飯 鮭のクリーム煮 豚肉の味噌炒め 菜の花のツナ和え	米飯 たらの南蛮漬け とうがんの煮物 水無月(夏越の祓い)
夕食	米飯 豚とじゃが芋のこってり煮 なすの田舎煮 ほうれん草の柚子香味和え	米飯 太刀魚の有馬煮 こんにゃくの炒り煮 もずく酢	米飯 鶏と筍の炊き合わせ 南瓜のいとこ煮 カリフラワーのごま味噌かけ	米飯 関東煮 餃子 トマトとアボガドの和え物	米飯 煮込みチーズハンバーグ アスパラと玉子のソテー レタスとしらすのサラダ	米飯 めばるの味噌漬け焼き ジャーマンポテト ピーマンのおほか和え	米飯 豚肉のポン酢炒め 南瓜とれんこんのつみれ揚げ おから	米飯 あじの塩焼き キャベツとなすのトマト煮 三色豆の甘煮	米飯 チキンソテーおろしポン酢ソース れんこんのピリ辛煮 にんじんの汐昆布和え	米飯 カレー風味ポトフ 筍とふきの煮物 きゅうりの梅肉和え

*都合により献立を変更することがあります。