

予 定 お 献 立

2026年 6月

[養護]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	8(月)	9(火)	10(水)
朝食	米飯 卵の花煮 ふりかけ みそ汁(南瓜) 牛乳	米飯 煮豆/葉大根塩昆布あえ ゆずみそ みそ汁(かぶ) 牛乳	米飯 大根と厚揚げの煮物 ふりかけ みそ汁(もやし) 牛乳	米飯 さつま揚げと野菜の炒め物 味付けのり みそ汁(白菜) 牛乳	米飯 厚焼き玉子 ふりかけ みそ汁(じゃが芋) 牛乳	米飯 炒り豆腐 たいみそ みそ汁(あさり) 牛乳	米飯 ソーセージ卵とじ ふりかけ みそ汁(さつま芋) 牛乳	米飯 ほうれん草のソテー ねり梅 みそ汁(豆腐) 牛乳	◎共通 かぶとウインナーのコンソメ煮 牛乳	米飯 厚揚げの煮物 味付けのり みそ汁(もやし) 牛乳
昼食	米飯 フリ大根 キャベツの酢味噌和え かきたま汁 オレンジ	米飯 鶏肉から揚げ 長芋のわさび和え みそ汁(大根) フルーツ(バナナ)	シーフードピラフ かぼちゃサラダ コーンスープ ブルーベリーヨーグルト	米飯 肉豆腐 里芋の木の芽和え みそ汁(なめこ) 水ようかん	米飯 鯖の七味焼き 法蓮草とひじきしらすの生姜和え みそ汁(豆腐) いちごババロア	米飯 豚しゃぶ&温野菜 大根の柚子香和え みそ汁(里芋) オレンジ	味噌ラーメン 焼き餃子(鶏肉入) フルーツ(バナナ)	米飯 鶏肉の治部煮 いか胡瓜酢の物 みそ汁(冬瓜) フルーツポンチ	みょうがご飯 夏野菜の天ぷら盛り合わせ 天つゆ 小松菜のおかか和え あじさいゼリー	米飯 青椒肉絲(豚の細切り炒め) 青梗菜と桜エビの中華和え 中華スープ コーヒーゼリー
昼間食							きな粉ミルク 栗しぐれ			
夕食	米飯 豚肉の焼肉風味 高野豆腐炊き合わせ ほうれん草のお浸し	米飯 鯖の煮つけ 金平ごぼう 卵豆腐	米飯 肉じゃが なすの揚げびたし 小松菜の沢庵あえ	米飯 赤魚のみりん焼き さつま芋のレモン煮 切干大根のはりはり漬け	米飯 鶏肉のごま味噌焼き 湯豆腐 マカロニサラダ(ハム)	米飯 鯖の梅煮 いんげんの塩炒め 菜の花のごまあえ	米飯 豚肉となすの和風煮込み 玉葱のチーズ焼き 白菜のおかか和え	米飯 鯖のちゃんちゃん焼き ひじきの煮物 オクラのしその実和え	米飯 豚肉の柳川風煮 糸こんにゃくのたらこ炒め ブロッコリーの和風和え	米飯 鯖の塩焼き/おろし 南瓜と刻み昆布の煮物 キャベツの辛子和え
	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
朝食	米飯 隠元とさつま揚げのごま和え ふりかけ みそ汁(じゃが芋) 牛乳	米飯 煮豆&高菜漬け炒め のり佃煮 みそ汁(白菜) 牛乳	米飯 玉葱と小松菜の卵とじ ふりかけ みそ汁(冬瓜) 牛乳	米飯 キャベツと竹輪の磯辺炒め ゆずみそ みそ汁(南瓜) 牛乳	米飯 ウインナーソテー ふりかけ みそ汁(キャベツ) 牛乳	米飯 小松菜さつま揚げ炒め煮 味付けのり みそ汁(里芋) 牛乳	米飯 ミートボール(鶏肉入) ふりかけ みそ汁(あさり) 牛乳	米飯 魚肉ソーセージ炒め煮 たいみそ みそ汁(舞茸) 牛乳	米飯 厚焼き玉子 ふりかけ みそ汁(白菜) 牛乳	米飯 里芋の煮ころがし ねり梅 みそ汁(冬瓜) 牛乳
昼食	米飯 カレーの梅ソースがけ 五目煮 みそ汁(大根) 牛乳かん(苺ソース)	米飯 ハンバーグ(デミグラスソース) 水菜しらす和パスタ みそ汁(豆腐) オレンジ	米飯 揚げだし豆腐と野菜添え 白菜のなめたけ和え みそ汁(もやし/麩) フルーツ(バナナ)	きつねうどん 白身魚と豆腐のしんじょ フルーツヨーグルト	米飯 赤魚の幽庵焼き ひじきとツナのサラダ みそ汁(なめこ) フルーツ(りんご)	米飯 豚肉の生姜焼き 野菜アボカドおかか和え みそ汁(もやし) オレンジ	米飯 さばの味噌煮 蒟蒻と竹輪の金平 すまし汁(大根) 抹茶ババロア	ポークカレー スパゲティサラダ フルーツ(バナナ)	米飯 あじの南蛮漬け かぼちゃの煮物 みそ汁(豆腐) フルーツポンチ	米飯 牛皿&温泉卵 五目白和え みそ汁(キャベツ) フルーチェ(いちご)
昼間食				ミルクティー パウムクーヘン						
夕食	米飯 鶏の照り焼き 湯豆腐 ごまのりサラダ	米飯 鯖のゆずこしょう焼き 里芋の土佐煮 きのおろし和え	米飯 どて煮 茄子の甘辛炒め 菜の花のお浸し	米飯 オムレツ 鶏レバーとにらの炒め たらもサラダ	米飯 鶏肉のねぎ塩焼き 若竹煮 モロヘイヤのポン酢和え	米飯 鯖のタルタルソース焼き きのこ佃煮 ほうれん草のごまあえ	米飯 お好み焼き風卵焼き じゃが芋と枝豆の煮物 キャベツの塩昆布和え	米飯 ほっけの塩焼き ごま豆腐 みそ汁(さつま芋)	米飯 鶏肉団子と根菜の煮物 焼きなす 菜の花の辛子マヨ和え	米飯 ぶりの照り焼き がんもどき切昆布煮 白菜のゆかり和え
	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)
朝食	米飯 鮭フレーク/葉大根ポン酢和え ふりかけ みそ汁(茄子) 牛乳	米飯 五目煮 味付けのり みそ汁(なめこ) 牛乳	米飯 和え物&梅干し ふりかけ みそ汁(舞茸) 牛乳	米飯 なすの生姜醤油和え のり佃煮 みそ汁(大根) 牛乳	米飯 キャベツ竹輪炒め煮 ふりかけ みそ汁(南瓜) 牛乳	米飯 ひじきの煮もの ゆずみそ みそ汁(キャベツ) 牛乳	米飯 かぼちゃの含め煮 ふりかけ みそ汁(あさり) 牛乳	米飯 生揚げ刻み昆布煮 味付けのり みそ汁(冬瓜) 牛乳	米飯 厚焼き玉子 ふりかけ みそ汁(豆腐) 牛乳	米飯 はんぺんチーズ焼き たいみそ みそ汁(もやし) 牛乳
昼食	きしめん(海老天) 桃のコンポート	米飯 チキンステーキ(トマトソース) チーズとキャベツのコールスロー みそ汁(じゃが芋) オレンジ	米飯 鯖のねぎ味噌焼き ごぼうサラダ すまし汁(かぶ) きな粉プリン	◎共通 カリフラワーのピーナツ和え 吸物(豆腐) ゼリーアラカルト	米飯 鯖の塩焼き/おろし とろろ みそ汁(もやし) フルーツ(バナナ)	ハヤシライス 菜味 ポテトサラダ フルーツヨーグルト	米飯 鯖のムニエル 豆腐サラダ(とびこ乗せ) みそ汁(なめこ) オレンジ	山菜そば ちくわの磯辺揚げ ブルーの紅茶煮	米飯 白身魚フライ 海藻サラダ コンソメスープ フルーツ(バナナ)	鶏の3色そばろ井 切干大根のサラダ 豆乳みそ汁(さつま芋) フルーツポンチ
昼間食	抹茶オーレ 紅葉まんじゅう							ほうじ茶ラテ 黒糖まんじゅう		
夕食	米飯 豚きくらげの卵炒め ひじきの煮もの 小松菜の胡桃あえ	米飯 カレーのごまだれ焼き 卵の花煮 玉葱のおかかのせ	米飯 カニ焼売WITH蒸野菜 じゃが芋たらこバター ほうれん草の沢庵和え	米飯 赤魚の塩麴焼き 高野豆腐/筍炊き合わせ 白菜のなめたけ和え	米飯 豆腐バーグ茸あんかけ(鶏肉入) 金時煮豆 ちしやなます	米飯 海鮮卵焼あんかけ ブロッコリーサラダ 豚汁	米飯 炒り鶏 大根の甘味噌かけ キャベツの辛子和え	米飯 アジの中華蒸し 炊き合わせ 小松菜のおかか和え	米飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め かぶの煮物 菜の花塩昆布あえ	野菜雑炊 鯖の生姜煮 湯豆腐 春雨ときゅうりの酢の物

食材の入荷状況等により、メニュー変更することがございます。

☆ 6/9(火) 朝食 選択食... ① 米飯、ふりかけ、みそ汁) どちらかから選択
② トースト、コーヒー

☆ 6/9(火) 昼食... 誕生会(行事食)

☆ 6/24(水) 昼食 選択食... ① 穴子丼
② ビビンバ丼) 主菜を3品より選択
③ ナポリタン