




# 献立表



	6/8 (月)	6/9 (火)	6/10 (水)	6/11 (木)	6/12 (金)	6/13 (土)	6/14 (日)
朝	米飯 味噌汁(さつま芋・ブナピー) 切り干し大根の煮付 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(じゃが芋・葉大根) オクラと湯葉のおかか和え 牛乳 明太子風味ソース	米飯 味噌汁(さつま芋・椎茸) 筑前煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(南瓜・油揚げ) ひじき煮 牛乳 玉子風味ソース	米飯 味噌汁(玉麩・葉大根) 卵の花の炒り煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(小松菜・ブナピー) 五目金平 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(モヤシ・椎茸) さつま芋の煮物 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 清汁(豆腐・ネギ) アジフライ 小松菜の煮浸し フルーツ白玉	米飯 <b>【たまごの日】</b> 清汁(手毬麩・三つ葉) 手作りだし巻き玉子&鱈塩焼き 冬瓜の煮物 手作り抹茶ババロア	米飯 <b>【麺の日】</b> 月見とろろそば ふんわり花型豆腐の煮物 みかん缶	米飯 味噌汁(切麩・貝割れ) 魚の明太マヨ焼き じゃが芋のそばろ煮 ところてんサラダ	米飯 味噌汁(豆腐・ネギ) 鰯の塩焼き 餃子の野菜餡かけ バナナ	米飯 ポークカレー 野菜コロッケ 卵サラダ リンゴゼリー 	米飯 オニオンスープ 白身魚のチーズパン粉焼き ほうれん草のソテー カリフラワーのオーロラソース和え
夕	米飯 味噌汁(モヤシ・油揚げ) 鶏肉のさっぱり煮 キャベツと海老の炒め物 とろろ	米飯 味噌汁(大根・貝割れ) 豆腐とすり身のふわふわ揚げ たけのこと鶏肉の煮物 白菜とひじきのサラダ	米飯 味噌汁(キャベツ・エノキ) 鶏肉の梅しそ焼き 青梗菜の煮浸し 手作り白ごま豆腐	米飯 味噌汁(厚揚げ・ネギ) 豚肉の甘辛炒め 大根の中華風煮 ピーチムース	米飯 コンソメスープ 鶏肉のハニーマスタード焼き きのこソテー 切り干し大根サラダ	米飯 味噌汁(蕪・ネギ) 赤魚の煮付け 角麩の煮物 キャベツのゆかり和え	米飯 清汁(切麩・ワカメ) 鶏肉のずんだ味噌焼き 南瓜のいところ煮 メロンムース
おやつ	吹雪饅頭	カントリーマアム	ぼたぼた焼き	ココアワッフル	ソファール	小麦饅頭	プチシュー

入梅は梅雨入りの時期に設定された「雑節」(特別な暦日)です。梅の実が熟して黄色く色づく頃に雨季に入るため、梅雨に入る一つの目安とされるが、実際の梅雨入りとは異なります。

※都合により変更する場合があります  
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります