

● ● ● ● 2023年06月 月間献立表 ● ● ● ●

日曜日	月曜日	火曜日	(常食(ケア))	木曜日	金曜日	土曜日
HITEH	/J*#H	NºE II	200年日			
] [1日	2日	3日
				米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳
	自由	朝	胡	味噌汁(玉葱)	味噌汁(豆腐)	晶 味噌汁(大根葉)
	441	#1	#1	じゃが芋の金平	スクランブルエッグ	いわしの梅煮
				昆布佃煮	もろみ	明太子
				赤飯 小松菜のごま和え	おにぎり フルーツ (オレンジ)	米飯 もずく酢
				魚のバター醤油焼き 中華春雨スープ	そうめん	_ 煮込みハンバーグ コンソメスープ
	昼	昼	昼	● 付)グリル野菜ミックス ロールケーキ(チーズ&レモン)	なすの磯辺煮	□ 付)シャトーキャロット 抹茶水ようかん
				ゴーヤの味噌炒め	プロッコリーのト゚レ和(ケデ	カリフラワーの高菜炒め
				ハヤシライス	米飯味噌汁(油揚げ)	米飯 もやしのアーモンド和
				野菜サラダ	白身魚の甘酢あんかけ ぶどうゼリー	魚のマヨネーズ焼き 吸い物(茶そば)
	タ	[] 夕 [夕	福神漬	タ 付かとまりレンソウのマヨ炒め	夕 付)アスパラのソテー フルーツ(バナナ
				ヨーグルト	胡瓜としらすの酢の物	けんちん煮
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
米飯 パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯 パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯 パック牛乳
味噌汁(人参)	_{吉目} 味噌汁(わかめ)	味噌汁(大根葉)	味噌汁(おつゆ麩)	味噌汁(かぼちゃ)	味噌汁(さつま芋)	味噌汁(人参)
さつま揚げの煮物	[™] 金平ごぼう(ケア)	五目玉子焼	♥ ほうれん草のペーコンソテー	塩鮭(朝)	ミニがんもの煮物	オムレツ
ふりかけ(たまご)	納豆	鮭フレーク	梅干し	もろみ	昆布佃煮	明太子
麦ご飯170g しば漬け	高菜ライス 味噌汁(巻き麩)	米飯 焼きなす	米飯かき玉汁	米飯 白菜のゆかり和え	メンチカツサンド(ケア) コーンポタージュ	米飯 コンソメスープ
魚の煮付 吸い物(かまぼこ)	桜大根漬(ケア・デイ) パインゼリー	魚の生姜焼き けんちん汁	魚の味噌野菜あんかけ フルーチェ(ピーチ)	テキンソテー 味噌汁(しめじ)	玉子サンド(クア) フルーツ (バナナ)	鶏肉のクリーム煮 フルーツ (黄桃缶
付)かぼちゃ フルーツ(りんご)	● もやしのラー油炒め	付) ししとう フルーツ (メロン)	一	付) 玉葱のソテー プリン	クリームパン(ケア)	■ 里芋のゆず味噌かけ
キャペツの甘辛味噌炒め	がレン草のピーナッツ和え	アスパラのバター醤油炒め	キャベツのごま和え	ピーンス゚のトマト煮	トマトのサラダ	もやしのおかか和え
米飯 チンゲン菜の炒和え	米飯 白菜のゆず和え	米飯 山菜汁	米飯うの花	米飯 冷やっこ	五穀ご飯170g 味噌汁(巻き麩)	米飯 カリフラワーのエピマヨ和;
鶏肉のタンドール焼き 中華スープ	魚の塩こうじ焼きあおさ汁	牛肉のおろしポン酢煮 抹茶ババロア	豚肉のソース煮 赤だし汁(なめこ)	魚の梅煮 吸い物(花材・1)	肉じゃが 青りんごゼリー	魚の煮付 吸い物(茶そば)
付)きのこのソテー 黒ゴマプリン	夕 付)花人参 フルーツ(白桃缶)	プロプリーとシラス炒め	付)絹さや フルーツ(オレンジ)	付)いんげん フルーツ(パイン缶)	ヹ゚とチンゲン菜の炒め	タ 付)花人参 ストロベリーバル
大根の磯辺煮	ピーマンのおかか煮		青梗菜の炒め	かっぱ漬	山芋おろし	小松菜と油揚げの炒め
1 1 日	12日	13日	1 4日	15日	16日	17日
米飯 パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯 パック牛乳	米飯 パック牛乳	米飯 パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯 パック牛乳
味噌汁(おつゆ麩)	味噌汁(厚揚げ)	味噌汁(玉葱)	味噌汁(南瓜)	味噌汁(もやし)	味噌汁(さつま芋)	味噌汁(ナス)
ほうれん草のツナソテー	^料 いわしのかつお煮	目玉焼き(ケア	り ひじきの炒め煮		塩鮭(朝)	鳴門煮
ふりかけ(鮭)	切昆布大豆	鮭フレーク	梅干し	昆布佃煮	もろみ	明太子
米飯 桜大根漬	麦ご飯170g ところてん	おにぎり	米飯 青梗菜のピーナッツ和え	米飯 カリフラワーのドレ和え	米飯 つぼ漬	米飯 小松菜のアーモンド利
白身魚のマスタード焼き ミネストローネ	_ 豚肉のしぐれ煮 吸い物(かまぼこ)	豆乳担々麺風	_ 豚肉の味噌漬け焼き 吸い物(はんぺん)	自身魚の幽庵焼き 豚汁	ニ エビフライ盛り合わせ 吸い物(華つつみ)	魚の照焼き あおさ汁
付)アスパラ・しめじ フルーツ(りんご)	一 付)オクラ 煮豆(うずら豆)	大根と揚げの薄味煮	^昼 付)絹さや □-ルケ-キ(いちご)	「付)ししとう フルーツ (メロン)	(付) レタス・パプリカ フルーツ(すいか)	「付)玉葱のソテー コーヒーゼリー
ヒジキとゴボウの炒め煮	ブロッコリー炒め	フルーツ (バナナ)	アスパラの炒め	里芋とイカ団子の煮物	冬瓜のくずあん	なすのひき肉あん
米飯清まし汁(トロロ昆布)	米飯・青梗菜の塩昆布和え	米飯 白菜の辛子和え	米飯 エビと胡瓜の酢の物	赤飯赤だし汁(あおさ)	米飯中華スープ	米飯 オクラのなめ茸和
牛肉の塩だれ炒め 野菜たっぷりゼリー	魚の味噌煮 レタススープ	鶏肉の照焼き わかめスープ	魚の蒲焼き 吸い物(花麩)	牛肉と厚揚げの煮物 マスカットゼリー	白身魚の甘酢あんかけ チョコババロア	のっぺ煮 吸い物(そうめん
南瓜の煮物	ダ付) いんげん フルーツ(みかん缶)	付)グリル野菜ミックス ゆずゼリー	付)シャトーキャロット 杏仁豆腐	ひじきのサラダ	ダビーフン炒め	付)絹さや フルーツ(黄桃缶
刺身こんにゃく	レバニラ炒め	もやしのペーコンソテー	なすの鍋しぎ	べったら漬	レタスとたたの酢の物	ゴーヤチャンプルー
18日	19日	20日	2 1 日	22日	23日	2 4 日
米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳
味噌汁(大根葉)	味噌汁(おつゆ麩)	味噌汁(えのき)	味噌汁(南瓜)	味噌汁(キャベツ)	味噌汁(もやし)	朝 味噌汁(豆腐)
ししゃも (ケア)	厚焼き玉子	さつま揚げの煮物	枝豆と豆腐のフンワリ天	朝塩さば(朝)	高菜オムレツ	ウインナーソテー
ふりかけ (おかか)	納豆	鮭フレーク	一個十七		明太子	もろみ
米飯 コールスローサラダ	米飯 わかめスープ	なとひき肉のか-	ツナサンド パンプキンポタージュ	牛丼 フルーツ (パイン缶)	五穀ご飯170g がい草のゆかり和え	米飯 味噌汁(人参)
白身魚のカレームニエル コンソメスープ		レタスサラダ	あんぱん フルーツ (バナナ)	しば漬け(ケア・デイ)	魚のみそ焼き 吸い物(そうめん)	□-ルケ-キ(抹茶)
付)シャトーキャロット フルーツ(甘夏缶)	金平ごぼう	らっきょう漬	ニ ホットドッグ(ケア)	小松菜のシラス和え	付)きのこのソテー フルーツ(りんご)	射込み高野の煮物
大根とイカの煮物	ほうれん草のサナ和え	フルーツヨーグルト	キャベツとハムのサラダ	味噌汁(玉葱)	しゅうまい	キャベツのおかか和え
米飯 赤だし汁(なめこ)	米飯 もやしとササミの酢の物	米飯 チンゲン菜のごま和え	米飯 もずく酢	米飯 マカロニサラダ	米飯 山芋おろし	米飯 中華コーンスープ
牛肉のゴマ風味炒め 青りんごぜりー	魚のレモン焼き 吸い物(てまり麩)	魚のネギソースかけ 味噌汁(じゃが芋)	豚肉の生姜焼き 吸い物(はんぺん)	魚の煮付 けんちん汁	鶏肉のトマトソース煮 山菜汁	魚のおろし煮 フルーツ(白桃缶
南瓜の煮物	グ 付) オクラ フルーツ (洋梨缶)	付)きのこのソテー フルーツ (オレンジ)	ダ 付)もやしのソテー 水ようかん	付)シャトーキャロット フルーチェ(いちご)	グ 付)ブロッコリー メロンゼリー	チキンボールの酢豚風
冷やっこ	プロッニリーのカニあんかけ	れんこんのおかか煮	冬瓜のゆず味噌かけ	チンゲン菜とチクワの炒め	ヒジキとゴボウの炒め煮	さつま芋とリンゴのサラダ
3.E.D	3.60	270	200	200	200	
25日	2 6 日	27日	28日	29日	3 0 日	
米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	米飯パック牛乳	
味噌汁(わかめ)	味噌汁(玉葱)	味噌汁(厚揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(玉葱) 朝	味噌汁(切干大根)	朝
大豆の煮物	塩鮭(朝)	目玉焼き	細切り昆布の煮物	野菜入り厚揚げの煮物	いわしの梅煮	
ふりかけ(たらこ)	切昆布大豆	梅干し	鮭フレーク	昆布佃煮	明太子	-
米飯かっぱ漬	おにぎり(花むすび) フルーツ(すいか)	米飯 小松菜の塩昆布和え	米飯清まし汁(ト叩昆布)	ひじきご飯 フルーツ (バナナ)	米飯清まし汁(ト叩昆布)	
魚の香味焼き 吸い物(ハナガタトウフ)	そうめん	魚のムニエル 味噌汁(大根)	豚しゃぶ 煮豆(金時豆)	じゃが芋のルー風味炒め	牛肉とごぼうの煮物 フルーツ(みかん缶)	
付)シャトーキャロット 芋ようかん	南瓜のそぼろ煮	付)アスパラ・エノキ パインゼリー	切干大根の煮物	ランゲン菜の辛子和え 	野菜のひろうす	
ビーフン炒め	白菜のピーナッツ和え	冬瓜のたれ塩あんかけ	高菜漬	豚汁	白菜のアーモンド和え	.
米飯 ふきのお浸し	米飯味噌汁(キャペツ)	米飯 ところてん	米飯 おりょうりの山吹和え	米飯 コンソメスープ	米飯たくあん漬	
鶏肉と里芋の煮物 味噌汁(しめじ)	魚の酒蒸し キャラメルプリン	鶏肉の照り煮 吸い物(花麩)	気 魚のごま醤油煮 味噌汁(えのき)	豆腐ハンバーグ ぶどうゼリー	白身魚のマスタード焼き 味噌汁(おつゆ麩)	9
付)絹さや ゆずゼリー	ピーマンのおかか煮	付)花人参 フルーツ (オレンジ)	一 付)オクラ ヨーグルト	ゴーヤの味噌炒め	付)オクラ プリン	
3* E. 3U. 653386 W	オクラのゆず和え	なすの炒め煮	もやしのラー油炒め	トマトと胡瓜のサラダ	ジャーマンポテト	
ノ Linania (0) くまながめ)		メモ				
עשעאבא כט - ניבעים ד	1	^ [~]				
משפעב אינט – ניבעים ל		II.				
プ・ロッコリーのマヨ炒め						
ריובענו ל (איניאיטי-פיבענו ל	朝					
)	朝					
7 19,19-07(1);965	朝					
ס פער אינדיקן	朝	-				
119-10-00 (33次の)	朝	-				
7 LPT-0743590	朝昼	-				
ره ۱۳۶۵ کی داد ادار ۱۳	朝昼	-				