

2022年6月 献立表



お知らせ!

- ☆6/1 開設記念メニュー
- ☆6/6.7 皆様と一緒に「おやつレク」は「もちりドーナッツ」を作ります。
- ☆6/10 世界料行【スペイン】「パエリアなど」です。
- ☆6/22.23 誕生会は「ちらし寿司・茶碗蒸しなど」おやつは「祝いの和菓子」です。お楽しみに

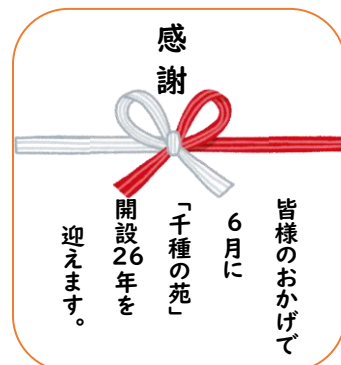
	1日 水	2日 木	3日 金	4日 土
屋 食	【開設記念日】 赤飯 天ぷら 茶碗蒸し 白菜の磯和え 味噌汁 りんご缶	カレーライス 漬物 エビサラダ パイナップル缶	ごはん 鮭ちゃんちゃん焼き 小松菜のじゃこ炒め オクラの塩昆布和え のっぺい汁 マンゴー缶	ごはん 赤魚のネギ塩ソース 南瓜煮 シロナの和え物 味噌汁 みかん缶
	エネルギー 590 Kcal	エネルギー 598 Kcal	エネルギー 485 Kcal	エネルギー 435 Kcal
お や つ	紅白まんじゅう	人形焼き(緑茶あん)	杏仁豆腐	カステラ
	エネルギー 172 Kcal	エネルギー 79 Kcal	エネルギー 110 Kcal	エネルギー 91 Kcal

	6日 月	7日 火	8日 水	9日 木	10日 金	11日 土
屋 食	ごはん 鮭の菜種焼き じゃがいものスープ煮 カリフラワーのサラダ コンソメスープ りんご缶	わかめごはん 醤油ラーメン えびシュウマイ もやしの青じそ和え ミックスフルーツ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め ごぼうの時雨煮 菜の花の生姜和え 味噌汁 黄桃缶	ごはん 白身魚のフライ ナポリタン 大根サラダ コンソメスープ キウイ	【世界料行】 パエリア グリーンサラダ ほうれん草の和え物 スペイン風卵スープ みかん缶	ごはん 鯖の磯辺焼き 豆腐の柚子あんかけ 切干大根の和え物 清汁 白桃缶
	エネルギー 594 Kcal	エネルギー 748 Kcal	エネルギー 655 Kcal	エネルギー 640 Kcal	エネルギー 448 Kcal	エネルギー 496 Kcal
お や つ	【おやつレク】 もちりドーナッツ	【おやつレク】 もちりドーナッツ	【菓子パン】 チョコパン	バナラクレープ	クリームコンフェ ミルクティー	どら焼き
	エネルギー 238 Kcal	エネルギー 238 Kcal	エネルギー 477 Kcal	エネルギー 94 Kcal	エネルギー 121 Kcal	エネルギー 72 Kcal

	13日 月	14日 火	15日 水	16日 木	17日 金	18日 土
屋 食	菜飯 五目うどん かき揚げ シロナのお浸し みかんヨーグルト	ごはん 鶏肉の唐揚げ カリフラワーのカレーソテー ポテトサラダ 清汁 黄桃缶	ごはん 鯖の塩焼き がんもの煮つけ 大根のゴマドレ和え 味噌汁 パイナップル	ごはん 煮込みハンバーグ チンゲン菜の煮浸し ハムサラダ コンソメスープ オレンジ	ごはん ポークチャップ 菜の花のソテー 白菜のサラダ コンソメスープ 白桃缶	ごはん 鯛の生姜焼き 大根と平天の煮物 ほうれん草の和え物 清汁 りんご缶
	エネルギー 651 Kcal	エネルギー 735 Kcal	エネルギー 502 Kcal	エネルギー 488 Kcal	エネルギー 679 Kcal	エネルギー 553 Kcal
お や つ	栗まんじゅう	抹茶ワッフル	人形焼き(ゆずあん)	チョコクレープ	やわらかおかし	さつまいも饅頭
	エネルギー 96 Kcal	エネルギー 101 Kcal	エネルギー 79 Kcal	エネルギー 86 Kcal	エネルギー 60 Kcal	エネルギー 104 Kcal

	20日 月	21日 火	22日 水	23日 木	24日 金	25日 土
屋 食	おにぎり お好み焼き焼き風 厚揚げ炒め煮 もやしの大葉和え 清汁 マンゴー缶	ごはん 蒸し鶏のごまタレ 炒り豆腐 ほうれん草のちりめん和え 味噌汁 りんご缶	【誕生会】 ちらし寿司 ミニ天ぷら 茶碗蒸し キャベツの和え物 味噌汁 キウイ	【誕生会】 ちらし寿司 ミニ天ぷら 茶碗蒸し シロナの和え物 味噌汁 キウイ	ごはん 赤魚のみぞれあんかけ 卵といんげんの炒め物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 パイナップル缶	ゆかりごはん 鶏南蛮そば 信太煮 いんげんの辛子和え オレンジ
	エネルギー 551 Kcal	エネルギー 559 Kcal	エネルギー 682 Kcal	エネルギー 668 Kcal	エネルギー 480 Kcal	エネルギー 530 Kcal
お や つ	いちご蒸しパン	抹茶まんじゅう	祝い華 (練切和菓子)	祝い華 (練切和菓子)	白こしあん饅頭	プリン
	エネルギー 102 Kcal	エネルギー 63 Kcal	エネルギー 83 Kcal	エネルギー 83 Kcal	エネルギー 103 Kcal	エネルギー 68 Kcal

	27日 月	28日 火	29日 水	30日 木
屋 食	ごはん 白身魚のとろろ蒸し 鶏肉と大豆の炒り煮 大根のゴマドレ和え 清汁 パイナップル缶	ごはん 赤魚の南部焼き 金平ごぼう 菜の花の辛子和え 清汁 マンゴー缶	天津飯 チンゲン菜のソテー もやしのかに梅和え 中華スープ 白桃缶	わかめごはん 焼きそば 肉しゅうまい じゃがいもの煮物 かきたま汁 黄桃ヨーグルト
	エネルギー 512 Kcal	エネルギー 460 Kcal	エネルギー 531 Kcal	エネルギー 785 Kcal
お や つ	抹茶ミルク寒天	黒糖蒸しパン ミルクティー	桃山まんじゅう	ようかん
	エネルギー 65 Kcal	エネルギー 186 Kcal	エネルギー 101 Kcal	エネルギー 110 Kcal



※状況により献立を変更することがございますが、ご了承ください。