

6月月間献立表 (食材・人数によって変更になる場合があります)

	日	月	火	水	木	金	土
							1
昼食							ぶりの甘酢あんかけ がんもの炊き合わせ 茄子の煮びたし
	2	3	4	5	6	7	8
昼食		マスの旨塩焼き 治部煮風 切り干し大根の煮物	照り焼きチキステーキ ベーコンと野菜の炒め煮 クリーミー南瓜サラダ	かに玉風お魚つみれ 肉じゃが いんげんの胡麻和え	天ぶらの盛り合わせ なすのそぼろあん 牛蒡と焼き竹輪の炒め煮	いわしのつみれ煮 炊き合わせ ほうれん草の胡麻和え	八宝菜 大根のカニ風味あん ひじき煮
	9	10	11	12	13	14	15
昼食		豚肉と3種の野菜炒め 里芋といんげんの煮物 切り昆布の煮物	鮭のつみれホワイトソース 青菜と豆腐のとろみ煮 紅白なます	和風豆腐ハンバーグ 白菜と豚肉の炊き合わせ 根菜マリネ	さばの塩こうじ焼き 南瓜のいとし煮 オクラの胡麻和え	薄切り肉とパプリカ酢豚 かぶとひき肉のとろとろ煮 野菜炒め	白身魚のラタトゥイユ風 はんぺん <small>と</small> 小松菜の煮びたし 白和え
	16	17	18	19	20	21	22
昼食		炊き込みご飯 赤魚の味噌煮 春雨の酢の物	豚肉のしぐれ煮 豆腐の野菜あんかけ 姫皮筍とからし菜のお浸し	たらの甘酢あんかけ べっこう煮 キャベツの赤しそ和え	栗南瓜コロケ 肉野菜炒め マカロニサラダ	にしんのかば焼き かぶと油揚げの煮物 ブロッコリーの玉子和え	豆腐と豚肉のスタミナ炒め 厚焼き玉子 ひじきとオクラの和え物
	23	24	25	26	27	28	29
昼食		牛肉とごぼうの柳川風 さつま芋と豚肉の胡麻味噌煮 からし菜のおかか和え	あぶらかれの照り煮 南瓜のいとし煮 ポテトサラダ	チンジャオロース 豚肉と根菜の塩だれ 瓜と昆布のおかか和え	かれいのおろし煮 冬瓜とかにかまの生姜あん 胡瓜と若布の酢の物	鶏肉のクリームシチュー 春の若竹煮 白菜の生姜和え	ほっけの煮つけ 竹輪の煮物 小松菜とかにかまのお浸し