

令和8年6月 献立表

★…新メニュー No. 1

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮物 セロリと玉ねぎの和え物 のりつくだ煮 309	ご飯又はパン みそ汁 金平ごぼう きゅうりの酢の物 漬物(桜漬) 323	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソーテー 里芋の大豆クリーム煮 山椒ちりめん 463	ご飯又はパン みそ汁 ミートボールのケチャップソーテー カリフラワーのツナ和え ふりかけ(かつお) 368	ご飯又はパン みそ汁 高野豆腐の寄せ煮 白菜のわさび和え 昆布佃煮 327	ご飯又はパン みそ汁 がんもの煮物 青菜と昆布のおひたし 漬物(きゅうり) 360	ご飯又はパン みそ汁 里芋のそぼろ煮 白菜のおかか和え 漬物(梅干) 345	ご飯又はパン みそ汁 つみれの煮物 ふきのお浸し ふりかけ(たまご) 323	ご飯又はパン みそ汁 ひじきの煮物 さつまいものごまドレ和え 漬物(しば) 390	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソーテー ごぼうサラダ もろみ風みそ 417
昼食	ご飯 えびカツ&クリームコロッケ 青菜炒め ナムル 豆腐スープ フルーツ(もも、みかん) 609	ご飯 赤魚粕漬焼き 小松菜と油揚げの炒め物 かぼちゃサラダ 清汁 メロンゼリー 600	ご飯 鶏の唐揚げ梅おろしポン酢かけ うの花炒り 春菊の中華風和え物 みそ汁 バナナ パインゼリー 628	* 他人丼 茄子の煮物 さつまいもサラダ コンソメスープ パインゼリー 627	* ちゃんぽん 蟹シュウマイ きゅうりの三杯酢和え プリン マスカットゼリー 636	ご飯 鶏肉の明太マヨ焼 筍の土佐煮 春菊のなめたけ和え みそ汁 マスカットゼリー 573	ご飯 めばるのごま味噌焼き もやしのコンソメソーテー オクラのゆかり和え ワカメスープ フルーチェ(いちご) 489	ご飯 肉豆腐 じゃが芋のソーテー いんげんのピーナッツ和え みそ汁 グレープゼリー 576	* 鶏うどん さらさ焼き 焼きなす コーヒゼリー 446	* ポークカレー 魚フライ ブロックリーサラダ フルーツヨーグルト 668
間食	グリーンティー	白桃ジュース	ミルクティー	マスカットジュース	レモンティー	オレンジジュース	カフェオレ	リンゴジュース	牛乳	麦茶
夕食	ご飯 あじの煮付け とうがんのかりにあんかけ 里芋の梅和え 409	ご飯 ポークチャップ マカロニソーテー ふきのお浸し 524	ご飯 ぶりの幽庵焼き れんごんの金平 オクラのおかか和え 468	ご飯 厚揚げのみそ炒め ごぼうの煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え 517	ご飯 ほっけの煮つけ アスパラガスのカレー炒め 玉葱と豆苗のサラダ 425	ご飯 豆腐のえびあんかけ なすのきんぴら風炒め セロリと玉ねぎの和え物 437	ご飯 千草焼 ほうれん草とベーコンの和風炒め 枝豆とトマトの和え物 495	ご飯 白身魚のムニエル ブロックリーのソーテー 大根の塩昆布和え 431	ご飯 さばのみそ煮 白菜とえびの炒め煮 きゅうりの浅漬け 491	ご飯 製豆腐 大根の金平風炒め 菜の花のからし和え 488

	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 かぼちゃのそぼろ煮 セロリと野菜の甘酢和え ふりかけ(たらこ) 363	ご飯又はパン みそ汁 里芋のゆずあんかけ オクラのゆかり和え 漬物(きゅうり) 323	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮物 白菜のわさび和え たいみそ 347	ご飯又はパン みそ汁 ハムと野菜の炒め物 とろろ 漬物(たくあん) 351	ご飯又はパン みそ汁 アジの塩焼 玉ねぎのドレッシング和え 梅びしお 347	ご飯又はパン みそ汁 うの花炒り 胡瓜とかまぼこの和え物 金山寺味噌 326	ご飯又はパン みそ汁 ミートボールのケチャップソーテー オクラのおかか和え 漬物(きゅうり) 340	ご飯又はパン みそ汁 さつまいもの生姜煮 ポテトサラダ 漬物(たくあん) 386	ご飯又はパン みそ汁 がんもどきの含め煮 青菜と昆布のおひたし 漬物(桜漬) 358	ご飯又はパン みそ汁 スクランブルエッグ 白菜サラダ ふりかけ(さけ) 404
昼食	ご飯 チキンピカタ しらたきの五目煮 青菜の和え物 コーンクリームスープ オレンジ 636	ご飯 コロッケ&ホタテフライ 華風炒め れんごんのドレ和え 清汁 ベリーゼリー 587	ご飯 鮭の幽庵焼き もやしの金平風 小松菜のおひたし かき玉汁 リンゴゼリー 537	ご飯 豚肉のねぎみそ焼 カリフラワーの炒め物 コールスローサラダ 清汁 ヨーグルト 574	ご飯 さわらの香味焼き ビーフソーテー ほうれん草のわさび和え 豚汁 ピーチゼリー 554	《誕生会》 鶏肉のゆず胡椒焼き 金平れんこん 白菜のぬた和え みそ汁 バナナ 662	* 冷やし中華 蒸しシューマイ キャベツの塩昆布和え ヨーグルト 666	ご飯 赤魚の竜田揚げ 里芋のにっころがし 菜の花の胡麻和え ワカメスープ レモンゼリー 528	* キーマカレー チキンナゲット 南瓜のサラダ オレンジゼリー 739	
間食	グリーンティー	白桃ジュース	ミルクティー	オレンジジュース	レモンティー	*	マスカットジュース	カフェオレ	リンゴジュース	グリーンティー
夕食	ご飯 カレイの胡麻焼 もやしとニラのソーテー 根みつばの柚子胡椒和え 359	ご飯 海老のオイスターソース炒め ほうれん草のソーテー 金時豆 518	ご飯 豆腐の野菜あんかけ 茄子の炒め物 ツナサラダ 473	ご飯 タラのカレームニエル 青菜の炒めもの 卵豆腐 411	ご飯 牛肉のしょうが風味炒め 白菜とツナのコンソメ煮 オクラのおひたし 496	ご飯 ぶりの照焼 長芋の煮付 菜の花のゆず和え 492	ご飯 豆腐のごま煮 ひじきの煮物 青菜の辛子和え 422	ご飯 卵巾着 ほうれん草とベーコンの和風炒め なめ茸の佃し和え 474	ご飯 牛肉のしぐれ煮 アスパラのソーテー カリフラワーの甘酢和え 466	ご飯 ほっけの照り焼き 筍の煮付 ほうれん草のおひたし 377

令和8年6月 献立表

	21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	
朝食	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮物 オクラの梅肉和え もろみ風味噌	ご飯又はパン みそ汁 目玉焼き きゅうりのドレッシング和え	ご飯又はパン みそ汁 ごぼうのうま煮 いんげんのごま和え	ご飯又はパン みそ汁 かいつみれの煮物 青菜と昆布のおひたし	ご飯又はパン みそ汁 五目豆 セロリと玉ねぎの酢の物	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮付 菜の花のわさび和え	ご飯又はパン みそ汁 れんこんと昆布の煮物 オクラの和え物	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソテー ごぼうサラダ	ご飯又はパン みそ汁 お魚豆腐の煮物 キャベツの彩酢物	ご飯又はパン みそ汁 ミートボールのケチャップソテー じゃが芋のコーンクリーム煮	ご飯又はパン みそ汁 漬物(桜漬)
	308	395	338	378	327	327	329	438	364	391	
	ふりかけ(かつお)	ふりかけ(たまご)									
	漬物(梅干)	漬物(桜漬)									
	ふりかけ(たまご)										
昼食	ご飯 豆腐ハンバーグあんかけ もやしとニラのソテー キャベツのわさび和え みそ汁 フルーチェ(もも)	* きつねきしめん はんぺんの二色揚げ 水菜と野菜の和え物 プリン	ご飯 鮭のバターじょうゆソテー 大根とえびの炒り煮 きゃべつとささみの和え物 みそ汁 バナナ	ご飯 エビのフリッター 炒り豆腐 白菜のゆかり和え みそ汁 グレープゼリー	ご飯 ハンバーグデミグラスソース スパソテー 野菜サラダ コンソメスープ 抹茶ゼリー	五目御飯 さわらの西京焼き とうがんの煮物 根みつばと玉ねぎのお浸し 清汁 オレンジ	ご飯 鶏肉の香味焼き 里芋のにっころがし キャベツのピーナッツ和え みそ汁 ストロベリーゼリー	* 天津飯 じゃがいものソテー 枝豆とトマトの和え物 ワカメスープ ヨーグルト	ご飯 赤魚の黄金焼き ひじきの煮物 チンゲン菜のおかか和え みそ汁 メロンゼリー	* シーフードカレー ささ身のチーズフライ 春菊のピーナッツ和え 牛乳プリン	
	560	609	530	550	540	494	578	609	478	738	
	オレンジジュース	ミルクティー	牛乳	レモンティー	マスカットジュース	カフェオレ	リンゴジュース	グリーンティー	白桃ジュース	麦茶	
	鶏肉のはちみつ味噌焼き じゃが芋のソテー 小松菜のおかか和え	ご飯 さばの塩焼 なすの甘辛炒め 春菊のポン酢和え	ご飯 筑前煮 チンゲン菜の中華炒め ふきの含め煮	ご飯 豚肉の香味炒め じゃが芋の煮物 茄子の生姜和え	ご飯 めばるのみりん焼き 枝豆とさつま揚げのピリ辛炒め コールスローサラダ	ご飯 牛肉と筍のオイスターソテー カリフラワーのバター炒め かぼちゃのサラダ	ご飯 アジの幽庵焼き 白菜とホタテの炒め煮 冷ややっこ	ご飯 焼き魚の中華あんかけ ビーフンソテー 小松菜の辛子和え	ご飯 豚肉と長芋の甘辛炒め とうがんのカニあんかけ もやしのゆかり和え	ご飯 牛肉とピーマンの炒め物 切干大根の煮付 きゅうりの塩昆布和え	
	487	416	500	483	484	560	428	384	484	457	

朝食	
昼食	
間食	
夕食	