



令和8年



6月 献立表



	日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
		1	2	3	4	5	6
昼食		赤飯 味噌汁 豚バラと大根の煮物 白菜とみかんのサラダ 粕漬け フルーツ コンポート	中華丼 卵入りワカメスープ 白和え 豆乳ヨーグルト	米飯 味噌汁 和風ハンバーグ 五色酢の物 つぼ漬け 白桃とみかん 	米飯 豚汁 焼き塩鯖 ほうれん草のお浸し 胡瓜の醤油漬け おろしりんご 	ロールパン コーンクリームスープ ナポリタン トマトとレタスのツナサラダ みかん ヨーグルト 	米飯 赤だし味噌汁 豚肉の柳川風煮 胡瓜とカニカマの和え物 野沢菜 フルーツゼリー
		615Kcal	431Kcal	620Kcal	582Kcal	502Kcal	492Kcal
おやつ		白あんぱん	ブラウニー	蒸しあんぱん	あべかわ寒天	ババロア	バナナケーキ
	7	8	9	10	11	12	13
昼食	米飯 味噌汁 豚肉となすの炒め物 ひじき入り和風サラダ 大根の漬物 牛乳かん フルーツソース	米飯 春雨と大根のスープ くるくる焼き豚 ピーナッツ和え しば漬け バナナ 	米飯 澄まし汁 魚の蒸しあんかけ 和風サラダ つぼ漬け 甘夏ゼリー 	豚丼 澄まし汁 海苔としらすの白和え フルーツ コンポート	おにぎり 肉うどん 大根の味噌煮 昆布の佃煮 おろしりんご 	ハヤシライス 野菜コンソメスープ タラモサラダ フルーツゼリー 	切り干し大根の炊き込み御飯 澄まし汁 じゃが芋のカレー炒め ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ ヨーグルト
	554Kcal	647Kcal	430Kcal	551Kcal	518Kcal	567Kcal	509Kcal
おやつ	菓子	カステラのヨーグルトかけ	みたらし豆腐団子	ミニたいやき	コーヒーゼリー	ヨーグルトケーキ	ババロア
	14	15	16	17	18	19	20
昼食	米飯 卵入りワカメスープ 回鍋肉 ポテトサラダ さくら漬け 白桃とみかん 	赤飯 羊の子汁 魚の辛味煮 魚の辛味煮 スパゲティ サラダ なら漬け みかん ヨーグルト	パン コーンクリームスープ カリフォルニアハンバーグ キャベツとささみの胡麻和え みかんゼリー 	牛肉の中華風混ぜ御飯 春雨と大根のスープ 温泉卵のあんかけ 笹雪豆腐 豆乳ヨーグルト	米飯 さつま汁 豚肉の生姜焼き みぞれ和え 野沢菜 牛乳かん フルーツソース	米飯 野菜スープ すき焼き風煮物 くるみと和え 大根の漬物 甘夏ゼリー 	米飯 味噌汁 鶏肉の五目蒸し キャベツとツナのマヨネーズ和え さくら漬け フルーツ コンポート
	547Kcal	612Kcal	530Kcal	535Kcal	616Kcal	548Kcal	505Kcal
おやつ	菓子	回転焼	蒸しパン・レーズン	あんぱん	カスタードプディング	小豆ケーキ	マスカットゼリー
	21	22	23	24	25	26	27
昼食	米飯 かき卵汁 豚肉と茄子の炒り煮 山芋の明太子和え フルーツゼリー 	味噌豚丼 五味とろろ汁 酢めしたサラダ フルーツ ヨーグルト	米飯 春雨と大根のスープ 鶏肉のつくね焼き 胡瓜と炒り卵のサラダ なら漬け バナナ 	サンドイッチ バイキング 	おにぎり きつねそば 南瓜のいとこ煮 高菜漬け 牛乳かん フルーツソース	パン コーンクリームスープ 鮭のワウ蒸し 外付け トマトとレタスのツナサラダ フルーツ コンポート	鶏そぼろ丼 澄まし汁 ほうれん草の生姜醤油和え みかんゼリー
	447Kcal	659Kcal	566Kcal		518Kcal	559Kcal	487Kcal
おやつ	菓子	ミニたいやき	くず餅	とろける杏仁豆腐	カステラのヨーグルトかけ	ココア蒸しケーキ	ババロア
	28	29	30	24日（水）はサンドイッチバイキングを予定しています。 8日（月）25日（木）はおやつ作りで『カステラのヨーグルトかけ』を予定しています。			
昼食	米飯 味噌汁 牛肉と大根のオスターソース煮込み 土佐酢和え つぼ漬け フルーツゼリー 	おにぎり ちゃんぽん 胡麻豆腐 野沢菜 フルーツ ヨーグルト	親子丼 澄まし汁 ひじきとキャベツのマヨネーズ和え 甘夏ゼリー 				
	517Kcal	435Kcal	551Kcal				
おやつ	菓子	クリームパン	あべかわ寒天				