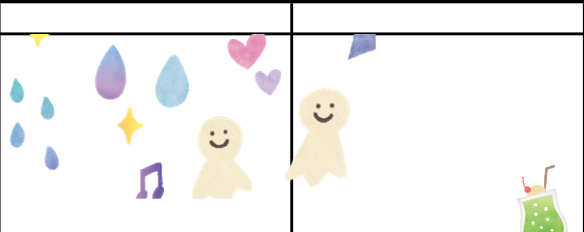
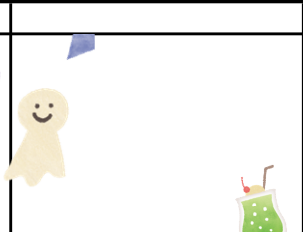


6月の献立表

2025/6/1～

							1 (日)
朝							・ちーまよ高菜パン ・食パン ・フルーツジュース
夜							・ご飯 ・シーフードMIXフライ ・サラダ ・ほうれん草のオムレツ ・挽肉と生姜のスープ
	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)	8 (日)
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・切干大根煮 ・豆腐のお味噌汁	・ホットサンド ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・ぶどう	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・里芋そぼろ煮 ・かきたま汁	・サンドイッチ ・食パン ・ミートボール ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・りんご	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・煮玉子 ・ブロッコリーとカニカマのサラダ ・南瓜のお味噌汁	・ブルーベリーチーズパン ・食パン ・フルーツジュース	・ベーコンオニオンパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・チキンのバジルチーズ焼き ・サラダ ・スパゲティサラダ ・ミネストローネ	・ごはん ・チーズハンバーグ ・サラダ ・フライドポテト ・ひじきと枝豆のマリネ ・コンソメスープ	・チュモツパ ・サムギョプサル風 ・キムチ&サンチュ ・ユッケジャンスープ ・ミルクプリン	・ご飯 ・てりタルチキン ・サラダ ・がんもと根菜の煮物 ・オクラともずくのスープ	・ご飯 ・豚肉の梅しそチーズ巻きフライ ・サラダ ・ツナと野菜のマカロニサラダ ・かきたま汁	・ご飯 ・山かけ牛丼 ・野菜の揚げ浸し ・豆腐とえのきのすまし汁	・ご飯 ・キーマカレー(温玉付き) ・サラダ ・青のりポテトサラダ ・プリン
	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)	15 (日)
朝	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・ひじき煮 ・煮玉子 ・大根と揚げのお味噌汁	・きなこ揚げパン ・食パン ・ハムエッグ ・コールスローサラダ ・ポタージュスープ ・メロン	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・蒸し鶏と青菜の柚子和え ・根菜のすまし汁	・ワッフル ・食パン ・ミートボール ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・グレープフルーツ	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・茄子のお味噌汁	・焦がしバター糖スト ・食パン ・フルーツジュース	・めんたいフランスパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・ヤンニョムチキン ・サラダ ・野菜のナムル ・トッポギ入りチゲスープ	・ご飯 ・サーモンのムニエル ・サラダ ・鶏大根煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・冷やしぶっかけとろろうどん ・かしわごはん ・春雨ときゅうりの酢の物 ・ゼリー	・ご飯 ・ポークカツレツ風 ・サラダ ・厚揚げと野菜のオイスター炒め ・コンソメスープ	・ご飯 ・鯖の味噌煮 ・筑前煮 ・海藻サラダ ・だご汁	・ご飯 ・豚カルビ炒め ・サラダ ・新じゃがとそら豆のカレー炒め ・玉葱とベーコンのスープ	・ご飯 ・甘酢鶏 ・ブロッコリーとツナのマカロニサラダ ・生姜玉子スープ ・お楽しみスイーツ

*暑くなってきましたね。夏バテ防止にはビタミンB1、タンパク質、クエン酸、ミネラルを意識して摂取しましょう！

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承ください。

6月の献立表

2025/6/16～

	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)	22 (日)
朝	・ご飯 ・鮭の柚庵焼き ・サラダ ・青菜の煮浸し ・じゃが芋のお味噌汁	・ホットドッグ ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・パイナップル	・ご飯 ・納豆 ・れんこんのそぼろきんぴら ・さつま芋のお味噌汁 ・オレンジ	・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・きんぴらごぼう ・麩のお味噌汁	・チョココロネパン ・食パン ・フルーツジュース	・丸ごとソーセージパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・チーズタッカルビ風 ・海鮮チヂミ ・チョレギサラダ ・ゼリー	・ご飯 ・白身のフリットハニーマスタードソース ・サラダ ・緑野菜の胡麻和え ・鶏団子と春雨のスープ	・チャーハン ・麻婆豆腐 ・揚げ餃子・サラダ ・豆腐と玉子の中華スープ ・杏仁豆腐	・ご飯 ・チキン南蛮 ・サラダ ・春雨ツナマヨポン胡麻サラダ ・小松菜と揚げのお味噌汁	・ご飯 ・ポークピカタ ・ジャガイモのミニグラタン ・玉子とわかめのスープ ・フルーツポンチ	・ハヤシライス ・サラダ ・かぼちゃとナッツのサラダ ・ポトフスープ	・ご飯 ・トンテキ ・サラダ ・ブロッコリーと玉子のサラダ ・南瓜とベーコンのミルクスープ
	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)	29 (日)
朝	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・南瓜のお味噌汁	・パンケーキ ・ハムエッグ ・コールスローサラダ ・ポタージュスープ ・りんご	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・かぼちゃそぼろ煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・ピザトースト ・食パン ・チキンナゲット ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・キウイ	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・切干とハムのサラダ ・煮玉子 ・大根と揚げのお味噌汁	・焼きチョコリングパン ・食パン ・フルーツジュース	・とりキムチパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・豚味噌カツ ・サラダ ・ラタトゥイユ ・豆苗と玉子のスープ	・ご飯 ・鯖のピリ辛煮 ・サラダ ・肉じゃが ・根菜のすまし汁	・ミートスパゲティ ・カラフルサラダ ・ポトフスープ ・ミルクプリン	・ご飯 ・鶏つくねバーグおろしポン酢 ・ツナと大根とりんごのサラダ ・オクラとえのきのすまし汁	・ご飯 ・豚と野菜の塩タレ炒め ・大学芋 ・小松菜とベーコンの豆乳スープ	・ご飯 ・鶏の塩レモン唐揚げ ・サラダ ・野菜のナムル ・海鮮チゲスープ	・ご飯 ・豚の角煮・煮玉子 ・イワシの竜田揚げ ・サラダ ・ブロッコリーのおかか和え ・えのきとわかめのすまし汁
	30 (月)						
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・切干大根煮 ・豆腐のお味噌汁						
夜	・ご飯 ・チキンのトマトチーズ焼き ・サラダ ・小松菜のパペロンチーノ ・きのこのクリームスープ						

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承ください。