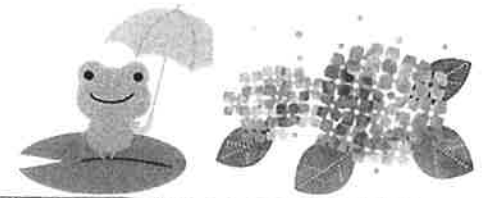




令和3年6月献立表



日	月	火	水	木	金	土
		6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日
 6月6日	 6月7日	ごはん 豚汁 魚の照り焼き かぼちゃのそぼろ煮 なめたけ和え 660kcal	ごはん 清汁 (はんぺん、絹さや) 筑前煮 豆腐ハンバーグ 漬物 (きゅうり漬け) 690kcal	ごはん 味噌汁 (大根、油揚げ) 鯖フライ9割りかけ ひじきとさつまあげの煮物 しろ菜のおひたし 660kcal	ごはん 中華スープ 回鍋肉 しゅうまい 果物 (マンゴー) 580kcal	なめこそば ゆかり餅飯 茄子のしそ炒め ジョア 690kcal
休み 6月13日	ビーフカレー スープ (キャベツ、人参) 野菜サラダ 漬物 (福神漬け・うきめ) 720kcal	6月8日 ごはん 清汁 (はんぺん) 豚肉とごぼうの旨煮 コーンソテー 果物 650kcal	6月9日 ごはん 味噌汁 (白菜、鮎) ハムカツ&メンチカツ 切干大根の炒り煮 佃煮 640kcal	6月10日 三色丼 味噌汁 (豆腐、わかめ) 春雨サラダ フルーツヨーグルト 690kcal	6月11日 ごはん 清汁 (なると) 魚の生巻焼き (さば) じゃがいもの煮物 豆腐布 680kcal	6月12日 ごはん 味噌汁 (大根、油揚げ) 鶏のから揚げソースかけ 五目炒め ヤクルト 700kcal
休み 6月20日	6月14日 ごはん けんちん汁 魚の粕漬焼き トウフチャンプルー 果物 610kcal	6月15日 オムライス スープ コールスローサラダ 抹茶パバロア 660kcal	6月16日 ごはん 清汁 (菜類) 豚肉の生巻焼き 里芋の吉野煮 うの花 620kcal	6月17日 ごはん 味噌汁 (大根、青菜) 煮魚 根菜とひき肉のしぐれ煮 たらもサラダ 620kcal	6月18日 ピリ辛味噌豚丼 清汁 (なると、きぬさや) 卵豆腐 わさび和え (おくら) 710kcal	6月19日 ダブルソフト ジャム (いちご) スープ (ほうれん草、コーン) チキンのトマトスープ煮込み シーフードサラダ 牛乳 740kcal
休み 6月27日	6月21日 ごはん 味噌汁 (キャベツ、鮎) ハンバーグ リヨネーズポテト 牛乳 720kcal	6月22日 ごはん スープ 豚肉の角煮風 かぶの豚肉和え 果物 740kcal	6月23日 五目チャーハン わかめ中華スープ 揚げ餃子 杏仁豆腐 620kcal	6月24日 ごはん 味噌汁 (白菜、鮎) 鮎のエスカベージュ つみれとふきの煮物 ぬか漬け (きゅうり) 655kcal	6月25日 かき揚げうどん 菜飯 白和え 梅ゼリー 640kcal	6月26日 ごはん 清汁 (わかめ、ねぎ) 豚肉のネギ塩ダレ ひじきの煮物 マカロニサラダ 690kcal
休み 6月27日	6月28日 五目煮飯 清汁 (はんぺん、絹さや) かニ玉 チンゲン菜のおひたし ピーチゼリー 620kcal	6月29日 ごはん スープ (キャベツ、人参) 魚のカレームニエル トマトのチーズ焼き しろ菜の香り和え 630kcal	6月30日 ごはん コンソメスープ ビーフシチュー 野菜サラダ 果物 (フルーツカクテル) 755kcal	<p>・6月のお休みは6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)です。</p> <p>★メニューは変更になる可能性があります。</p> <p>★カロリーは目安となります。</p>		