


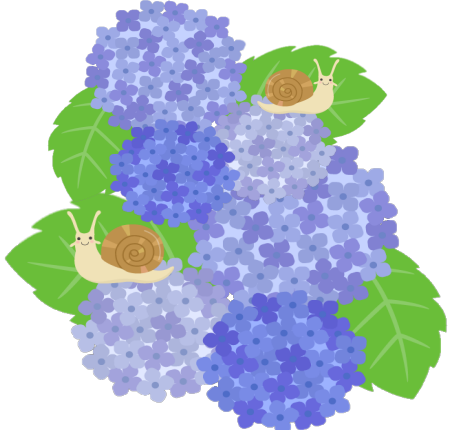
2021年6月献立 (6/01~6/12)

		日	月	火	水	木	金	土
				令和3年6月1日	令和3年6月2日	令和3年6月3日	令和3年6月4日	令和3年6月5日
朝 昼 昼間食 夕				御飯 肉詰めいなりの煮物 小松菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 白菜と青梗菜のお浸し カルシウム牛乳	御飯 オムレツ カリフラワーのソレッシング和え カルシウム牛乳	御飯 納豆 しろなとさつま揚げの煮浸し カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼 大根の和風サラダ カルシウム牛乳
				御飯 鶏肉のケチャップ焼き もやしのカレーソテー ソッパズ-7 (コーン・マッシュルーム) フルーツ缶 (黄桃)	麦ご飯 さばの生姜煮 かぶのそぼろかけ お吸物 (大根・人参) うぐいす豆	味噌ラーメン 野菜ぎょうざ ほうれん草のわさび和え ピーチゼリー	麦ご飯 ほきの和風ムニエル なすの詰め煮 みそ汁 (若布・椎茸) かつおおほか	御飯 若鶏山賊揚げ 冬瓜のえびあんかけ みそ汁 (かぶ・かぶ菜) うすら豆
		おやつ (どらやきこしあん)	おやつ (酒饅頭)	おやつ (あんぱん)	おやつ (フルーチェいちご)	おやつ (レモンケーキ)		
		麦ご飯 白身魚のおろしポン酢かけ ひじきの煮物 キャベツのごまマヨ和え みそ汁 (わかめ・うすまき麩)	御飯 まぐろカツ 野菜サラダ しろなのピーナッツ和え みそ汁 (おつゆ麩・わかめ)	麦ご飯 たらのマスタード焼き 鶏とごぼうの炒め煮 もやしのサラダ みそ汁 (うまい菜・油揚げ)	御飯 豚肉のごま味噌炒め ぜんまい煮 青梗菜のお浸し みそ汁 (さつま芋・ねぎ)	麦ご飯 あじの味噌漬け焼き 里芋の煮物 ほうれん草のくるみ和え お吸物 (畑菜・てまり麩)		
	令和3年6月6日	令和3年6月7日	令和3年6月8日	令和3年6月9日	令和3年6月10日	令和3年6月11日	令和3年6月12日	
朝	御飯 厚揚げの治部煮 青梗菜の和え物 カルシウム牛乳	御飯 絹さやの卵とじ 白菜のゆかり和え カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとピーマンの炒め煮 ほうれん草とツナの和え物 カルシウム牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 オクラのお浸し カルシウム牛乳	御飯 納豆 ベーコンといんげんの炒め カルシウム牛乳	御飯 ソーセージと白菜のソッパ煮 ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 とりつくね 小松菜のおかか和え カルシウム牛乳	
昼	豚丼 小松菜と卵の炒め物 花野菜マリネ みそ汁 (うすまき麩・葱) フルーツ缶 (パイナップル)	麦ご飯 めぬけの煮付け れんこんきんぴら みそ汁 (里芋・畑菜) しいたけの佃煮	夏野菜キーマカレー マカロニのソテー コールスローサラダ ヨーグルトムース	麦ご飯 鶏肉の塩麴焼き ごぼうの甘辛炒め みそ汁 (とろろ昆布・ねぎ) 茶福豆	御飯 白身魚のタルタル焼き さつま揚げと昆布の炒り煮 みそ汁 (白菜・大根菜) フルーツ缶 (洋梨)	赤飯 ぶりの照り焼き 冬瓜のくず煮 お吸物 (てまり麩・ねぎ) 黒豆	麦ご飯 赤魚の生姜煮 ちくわと玉葱のソテー みそ汁 (冬瓜・大根菜) あみえびの佃煮	
昼間食	おやつ (和のパン・うすまききなこ黒蜜)	おやつ (ようかん紫芋)	おやつ (スイスロールバニラ)	おやつ (あじさいゼリー)	おやつ (水まんじゅうこしあん)	おやつ (クレープバナナ)	おやつ (クリームパン)	
夕	麦ご飯 手作り豆腐ハンバーグ かぶの土佐煮 キャベツとハムの和え物 みそ汁 (白菜・若布)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き なすの煮浸し 春雨の甘酢和え みそ汁 (えのき・さつまいも)	御飯 絹ほっけのみりん焼き 切干大根の煮物 青梗菜のゆず風味和え みそ汁 (おつゆ麩・若布)	御飯 かに玉 焼きピーマン ハムと白菜の中華サラダ みそ汁 (玉葱・きくらげ)	麦ご飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘煮 大根サラダ お吸物 (おつゆ麩・葱)	御飯 フライ盛り合わせ 肉じゃが ほうれん草のポン酢和え みそ汁 (えのき・若布)	御飯 肉豆腐 れんこんの塩麴炒め 切干大根のさっぱり和え みそ汁 (畑菜・うすまき麩)	

2021年6月献立 (6/13~6/26)

	日	月	火	水	木	金	土
	令和3年6月13日	令和3年6月14日	令和3年6月15日	令和3年6月16日	令和3年6月17日	令和3年6月18日	令和3年6月19日
朝	御飯 ねぎあんかけ卵焼き ほうれん草のしらす和え カルシウム牛乳	御飯 かぶと鶏肉の煮物 畑菜の和え物 カルシウム牛乳	御飯 えびと青梗菜の中華煮 人参サラダ カルシウム牛乳	御飯 ほたての卵とし 小松菜のお浸し カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め ちくわと青梗菜の和え物 カルシウム牛乳	御飯 がんもと冬瓜の煮物 白菜とたくあんの和え物 カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し カルシウム牛乳
昼	御飯 チキンステーキ もやしのソテー コンソメスープ(畑菜・人参) フルーツ缶(カクテル)	麦ご飯 たらの香り揚げ いんげんの炒め煮 みそ汁(玉葱・おつゆ麩) しいたけの佃煮	御飯 豚肉のみそ漬焼き しろなの煮浸し お吸物(はんぺん・貝割れ) うぐいす豆	麦ご飯 ぶりのバター醤油焼き 鶏肉と冬瓜の煮物 みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩) かつおおほか	キーマカレー ほうれん草のバター炒め マカロニサラダ パパロア	麦ご飯 赤魚のおろし煮 里芋の煮物 みそ汁(わかめ・長葱) 昆布の佃煮	御飯 お好み焼き風たまご焼き なすの炒め物 みそ汁(もやし・大根葉) あみえびの佃煮
昼間食	おやつ(プリン)	おやつ(チョコパイ)	おやつ(カステラ)	おやつ(フルーツゼリー)	おやつ(和のパン・抹茶)	おやつ(クロワッサン)	おやつ(黒糖饅頭)
夕	麦ご飯 さばの香味焼き きんぴらごぼう キャベツの生姜醤油和え みそ汁(里芋・油揚げ)	御飯 ハバネロトマトソースかけ 青梗菜のソテー フレンチサラダ コンソメスープ(畑菜・人参)	麦ご飯 擬製豆腐 ひじきの五目煮 白菜のからし和え みそ汁(大根・人参)	御飯 豚肉の生姜焼き なすの味噌田楽 畑菜とえのきの和え物 お吸物(そうめん・貝割れ)	麦ご飯 白身魚の揚げ浸し 大根きんぴら カリフラワーのゆかり和え みそ汁(厚揚げ・ねぎ)	御飯 豚肉のしぐれ煮 ブロッコリーの炒め物 しろなのわさび和え みそ汁(大根・人参)	御飯 あじの七味焼き かぶの煮物 野菜の甘酢漬 みそ汁(小松菜・うずまき麩)
	令和3年6月20日	令和3年6月21日	令和3年6月22日	令和3年6月23日	令和3年6月24日	令和3年6月25日	令和3年6月26日
朝	御飯 キャベツの挽肉炒め 白菜の生姜醤油和え カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 カルシウム牛乳	御飯 カニカマ卵とし カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え カルシウム牛乳	御飯 にしんの梅煮 キャベツとけのゆず醤油和え カルシウム牛乳	御飯 えびと冬瓜の煮物 小松菜の和え物 カルシウム牛乳	御飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 カルシウム牛乳
昼	<行事食 父の日> きじ焼き丼 豚肉と蓮根のみそ炒め お吸物(卵・かぶの葉) チョコケーキ	御飯 豚肉のボン酢炒め さつま芋の煮物 お吸物(とろろ・葱) きのこときゃらぶきの佃煮	麦ご飯 白身魚のごぼう焼き あさりと冬瓜の煮物 みそ汁(しろな・おつゆ麩) こんぶ豆	冷やしとろろそば なすの揚げ浸し 鶏肉と大根の煮物 いちごゼリー	御飯 焼き肉 かぼちゃの甘煮 みそ汁(かぶ・ねぎ) しいたけの佃煮	<郷土料理 北海道> 御飯 鮭のザンギ風 肉じゃが 味噌汁(若布・葱)	二色丼 じゃが芋の含め煮 ささみといんげんの和えもの みそ汁(玉葱・大根葉)
昼間食	おやつ(杏仁豆腐)	おやつ(メロンパン)	おやつ(スイスロールイチゴ)	おやつ(きなこミルクの黒蜜ソース)	おやつ(みたらしムース)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(蒸しパンいちご)
夕	御飯 鶏肉のパン粉焼き ハニースライスの炒め物 レタスサラダ コンソメスープ(畑菜・人参)	麦ご飯 さばの塩しモン焼き レバーとごぼうの旨煮 大根のゆかり和え みそ汁(小花麩・ねぎ)	御飯 豚肉のオイスター炒め 肉しゅうまい 白菜のナムル 中華スープ(ねぎ・きくらげ)	御飯 麻婆豆腐 春巻き 春雨の中華和え 中華スープ(青梗菜・人参)	麦ご飯 干草焼き ひじきの煮物 もずく酢 みそ汁(白菜・椎茸)	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き もやしと人参の炒め物 レタスサラダ コンソメスープ(コン・マッシュルーム)	御飯 たらのフライ ほうれん草のバターソテー 人参とチーズのサラダ コンソメスープ(白菜・青梗菜)

2021年6月献立表 (6/27~6/30)

	日	月	火	水	木	金	土
	令和3年6月27日	令和3年6月28日	令和3年6月29日	令和3年6月30日			
朝	御飯 ウイナーと野菜のガチャップ 炒め たまごサラダ カルシウム牛乳	御飯 かぶとちくわの甘辛煮 小松菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ チンゲン菜とツナの和え物 カルシウム牛乳	御飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し カルシウム牛乳			
昼	御飯 白身魚の香味蒸し 冬瓜のくず煮 みそ汁(おつゆ麩・わかめ) フルーツ缶(黄桃)	御飯 チーズハンバーグ ラタトゥイユ コソムス-フ (マッシュルーム・トマト) コールスローサラダ	御飯 鶏肉の竜田揚げ 大根の煮物 みそ汁(椎茸・絹さや) しそ昆布佃煮	麦ご飯 めぬけの漬け焼き 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁(畑菜・しめじ) しいたけの佃煮			
昼間食	おやつ(チョコパン)	おやつ(フルーチェぶどう)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(水ようかん抹茶)			
夕	御飯 鶏肉の玉葱ソース 五目豆腐 青梗菜としらすの和え物 みそ汁(さつま芋・葱)	麦ご飯 ぶりの照り焼き なすの揚げ浸し 青梗菜のお浸し みそ汁(卵・大根葉)	御飯 さばの煮付け れんこんきんぴら しろなのからし和え みそ汁(白菜・玉葱)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め えびしゅうまい 小松菜の中華和え 中華スープ(きくらげ・人参)			

