

予定献立一覧表

常食

2025年6月1日(日)

2

2025年6月30日(月)

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)
朝	御飯 鰯の生姜醤油焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁（わか・絆） 牛乳200ml	御飯 野菜のたまごとじ 昆布と大豆の煮物 味噌汁（なめこ・葱） 牛乳200ml	パン 鶏団子のクリーム煮 かろのサラダ 牛乳200ml	御飯 赤魚の粕漬け焼き かつと山芋の梅和え 味噌汁（しめ・玉） 牛乳200ml	パン ウインナーのキャップ 炒め かぼちゃサラダ 豆乳スープ 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ ほうれん草の和え物 味噌汁（豆腐・わか） 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ ゆで野菜サラダ コンソメスープ（キャ・かつ） 牛乳200ml	御飯 豆腐バーグ さつま揚げの炒め物 味噌汁（揚・キャ） 牛乳200ml	御飯 鰯バーグ 紅白なます 味噌汁（さつま・玉） 牛乳200ml	パン ハムと野菜のソテー フルーツ（バナナ） コンソメスープ 牛乳200ml
昼	御飯 豚肉のみそ炒め なすの煮浸し キャベツのマヨ和え 清汁（マイケ・ミツ）	御飯 鶏肉の中華煮込み 餃子 フルーツ（パイナップル） 中華スープ（エ・コン）	御飯 鯖の塩焼き ひき肉と野菜の炒め 大根とザーサイ梅和え 味噌汁（里・油）	御飯 チキンカレー ツナサラダ ももヨーグルト	御飯 厚揚げと豚肉の炒め こふき芋 みかんなます 清汁（舞茸・みつば）	御飯 チキンとチーズのオムレツ キャベツサラダ ブドウゼリー コンソメスープ（かつ・かつ）	御飯 酢鶏 ほうれんそう焼売 春雨サラダ 中華コンソメスープ	ゆかりごはん すき焼き風煮込み ポテトサラダ フルーツ（みかん缶） 味噌汁（なめこ・絆）	御飯 鯖のタルタル焼き 野菜のトマト煮 アスパラサラダ パンプキンスープ	御飯 鯖の生姜醤油焼き 冬瓜とがんもの煮物 ストロベリームース けんちん汁
間	ババロア チョコ	ブルーベリータルト	上用饅頭（白）	今川焼	小豆ようかん	プチシュークリーム	レモンケーキ	バウムクーヘン	プチケーキ（カスタード）	蒸しケーキ（黒糖）
夕	御飯 鶏肉のみぞれがけ かぼちゃのいとこ煮 モロヘイヤの和え物 清汁（かぶ）	御飯 カレイのムニエル 大根のコンソメ煮 スパゲティサラダ トマトスープ	御飯 牛肉生姜炒め さつま芋のレモン煮 もやしのしそ風味和え 清汁（花魁・葱）	御飯 豆腐の肉あんかけ ヒレと小松菜の炒め物 浅漬け（キャウ・かつ） 味噌汁（さつま・玉）	御飯 鶏の照り焼き 野菜とベーコンの炒め物 豆の和え物 味噌汁（小松・占地）	御飯 豚肉としその味噌炒め 切干大根の煮物 白菜なめたけ和え 清汁（こんぶ・葉葱）	御飯 鯖の梅風味焼き 里芋の煮ころがし ささみともやし和え物 味噌汁（玉ねぎ・しめ）	御飯 鯖の粕漬け焼き 根菜と大豆の炒め煮 三色豆 清汁（春・エ）	御飯 鶏肉と茄子の甘辛炒め かぶのくず煮 白菜ビュッテ和え 清汁（麩・絆）	御飯 ふくさ焼き ほうれん草の煮浸し 和風マカロニサラダ 味噌汁（かぼ・玉葱）
	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
朝	御飯 ウインナー炒め 小松菜のお浸し 味噌汁（さと・ねぎ） 牛乳200ml	パン エビグラタン ツナサラダ コンソメスープ（かつ・かつ） 牛乳200ml	御飯 カレイのてり焼き 小松菜なめたけ和え 味噌汁（タイ・油） 牛乳200ml	パン チーズスクランブル コールスロー コンソメスープ（かつ・こま） 牛乳200ml	御飯 鰯バーグ もやしの柚子和え 味噌汁（麩・ね） 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 モロヘイヤのお浸し 味噌汁（里芋・玉葱） 牛乳200ml	パン 鶏団子ポトフ風 たまごサラダ 乳酸菌ウォーター 牛乳200ml	御飯 厚焼き玉子 白菜のごま油炒め 味噌汁（ジャガイモ） 牛乳200ml	パン 野菜とソーセージ炒め フルーツ（カキ） コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 鯖の塩焼き 小松菜のお浸し 味噌汁（かつ・油） 牛乳200ml
昼	御飯 豚冷しゃぶ（梅おろし） 厚揚げの生姜煮 あじさいゼリー 清汁（花魁・みつば）	御飯 回鍋肉 エビシューマイ 春雨中華サラダ 中華スープ（青・ね）	御飯 ミートローフデミタス かろのサラダ いちごミックスゼリー コンソメスープ（かつ・コン）	御飯 鰯の利休焼き 根菜の煮物 もやしのごま油和え 味噌汁（白菜・揚げ）	御飯 鶏肉団子のトマト煮 キャベツときのこのソテー さつま芋サラダ コンソメスープ（かつ・コン）	御飯 ビーフカレー 海老とブロッコリーのソテー フルーツ（アップル・マンゴ）	御飯 かれいの照り焼き かぼちゃの甘煮 ザーサイの和え物 味噌汁（白・ごぼ）	御飯 鯖の塩焼き 切干大根の煮物 大根の炒り梅マヨ和え 清汁（かぶ）	御飯 鶏肉のから揚げ 五目豆煮 かぶのしば和え 清汁（麩・ミツ）	御飯 野菜と牛肉の炒め ひじきの煮物 紅白なます 味噌汁（小松・しめ）
間	ロールケーキ	たい焼き	焼きチョコドーナツ	どらやき	チョコワッフル	芋ようかん	レアチーズケーキ	水まんじゅう（ゆず）	ドームケーキ	カスタードプリン
夕	御飯 鰯のみりん醤油焼き 里芋としめじの炒め物 枝豆の白和え 味噌汁（マイ・タイ菜）	御飯 鰯の粕漬け焼き さつま芋と里芋の甘煮 なすの浸し 味噌汁（じゃ・マツ）	御飯 牛肉と白菜の塩炒め 高野豆腐の煮物 もやしの梅風味和え 味噌汁（かつ・エ）	御飯 豚肉と厚揚げの炒め かぶとヒレ 団子の煮物 うぐいす豆甘煮 味噌汁（しめじ・玉）	御飯 鰯のバター醤油 白菜の煮浸し 浅漬け（キャウ・かつ） けんちん汁	御飯 鰯の南蛮漬け 大根の煮物 ほうれん草のクリーム和え かき玉汁	御飯 エビと豚肉ポン酢炒め 厚揚げの煮物 キャベツの和え物 吉野汁	御飯 牛肉ときのこの炒め さつま芋のレモン煮 ほうれん草お浸し 味噌汁（かつ・かつ）	御飯 鰯のボン酢卸し鰯かけ じゃが芋の煮物 もやしの和風和え 味噌汁（かぼ・白菜）	御飯 たらのタルタル焼き 白菜とベーコンの炒め物 大根とツナの和え物 清汁（豆腐・ねぎ）
	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)
朝	パン ウインナーのキャップ 炒め ポテトサラダ コンソメスープ（かつ・コン） 牛乳200ml	御飯 赤魚の照り焼き 昆布と大豆の煮物 味噌汁（里・玉葱） 牛乳200ml	御飯 鰯のかつお煮 かつと山芋の和え物 味噌汁（さつま・葉） 牛乳200ml	パン えび団子クリーム煮 フルーツ（バナナ） 牛乳200ml	御飯 鰯の梅煮 ほうれん草お浸し 味噌汁（なめこ・豆） 牛乳200ml	パン 目玉焼き かろのマリネ コンソメスープ（青菜・かつ） 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ 小松菜なめたけ和え 味噌汁（わか・ねぎ） 牛乳200ml	パン ウインナーポトフ風 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子 いんげんのごま和え 味噌汁（じゃが・玉） 牛乳200ml	御飯 鮭の塩焼き 白菜のビュッテ和え 味噌汁（さつま・玉） 牛乳200ml
昼	御飯 カレイの磯風味焼き 冬瓜とがんもの煮物 おくら塩昆布和え 清汁（みょうが・貝）	御飯 鯖の生姜風味焼き じゃがとひき肉の炒め 長芋とろろ 清汁（葉・麩）	鶏そぼろ三色丼 れんこん金平 フルーツ（甘夏缶） 味噌汁（豆腐・揚）	御飯 鰯のみりん醤油焼き かぼちゃのいとこ煮 大根の梅和え 味噌汁（かつ・豆腐）	御飯 ポークチャップ マセドアンサラダ かんきつゼリー 豆乳スープ	御飯 鶏肉のバター醤油炒め さつま芋のレモン煮 ほうれん草おひたし 味噌汁（しめ・油）	梅しらすごはん ムツのタルタル焼き ひじきと大豆の炒め しらすサラダ 味噌汁（大根・葉）	御飯 鰯のみりん焼き かぼちゃの甘煮 モロヘイヤの和え物 豚汁	御飯 麻婆豆腐 海老にら饅頭 レモン杏仁ゼリー わかめ中華スープ	御飯 スパニッシュオムレツ きゃべつサラダ フルーツゼリー ABCスープ
間	カステラ（蜂蜜）	いちご蒸しケーキ	黒糖まんじゅう	やわらかおかき	クレープ（バニラ）	きみしぐれ	アイス（いちご）	ぼななカステラ	おからケーキ（マブル）	夏越の祓 水無月風
夕	御飯 鶏肉と卵の親子煮 いんげんとひじきの煮物 大根のツナ和え物 味噌汁（じゃ・白）	御飯 牛肉の甘辛炒め なすの揚げ浸し ほうれん草のごま和え 味噌汁（かぼ・ねぎ）	御飯 鰯の照り焼き 卵の花 キャウの味噌マヨ和え 清汁（麩・みつ）	御飯 牛肉ときのこの炒め物 里芋の柚子味噌風味 ささみともやし和え物 清汁（春・絆）	御飯 カレイの生姜焼き ハムと野菜の炒め物 長芋の二杯酢 清汁（えのき・葱）	御飯 白身魚の野菜あんかけ なすの炒め物 豆の白和え 味噌汁（じゃが・白）	御飯 鶏肉のピカタ ほうれん草のソテー トマトと枝豆の梅和え コンソメスープ（かつ・コン）	御飯 豚肉としその味噌炒め 里芋の煮ころがし 大根の甘酢生姜和え 清汁（舞茸・みつば）	御飯 たらのチーズパン粉焼き きのこのワイン蒸し かにかまサラダ コンソメスープ（キャ・コン）	御飯 牛肉と白滝の煮物 こふき芋 野菜の甘酢生姜和え 味噌汁（小松菜・玉葱）