

令和5年6月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
朝	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁 里芋 ほうれん草・ベーコン	ごはん みそ汁 もやし ねぎ玉	ごはん みそ汁 しめじ がんもどき	ごはん みそ汁 豆腐 しょうまい
昼				ごはん わかめスープ 豚肉中量肉の揚げ サラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 チキンねぎ塩ダレ いんげんごま炒め プリン	ごはん みそ汁 魚の天ぷら れんこんせいろ煮 汁なし	ごはん みそ汁 豚肉と筍の揚げ物 アジダ 汁なし
夕				ごはん トマトスープ チキンカツ 高野豆腐煮 わかめサラダ	ごはん けんちん汁 味噌豚 ハッシュポテト 酢の物	ごはん すまし汁 お揚げ・チキンカツ パセリ・チキン パセリ・チキン	ごはん 中華スープ 油淋鶏 キャベツ・おろし 余計な明太揚げ
朝	ごはん みそ汁 大根・ ウインナー	ごはん みそ汁 じゃが芋 塩サバ	ごはん みそ汁 じゃが芋 ちくわの卵とじ	ごはん みそ汁 白菜 里芋せいろ煮	ごはん みそ汁 小松菜 おせしめ	ごはん みそ汁 えのき チキンボール	ごはん みそ汁 ねぎ しじみ煮
昼	中華丼 中華スープ サラダ プリン	ごはん 和風スープ 鶏のからあげ アロココリー・アムレ ジュース	ごはん 冷しゃぶ 汁なし	ごはん キーマカレー サラダ ヨーグルト	ごはん コンソメスープ ポークチョップ サラダ プリン	ごはん みそ汁 魚のごま揚げ 肉入りきんぴら 汁なし	ごはん みそ汁 ソース焼きそば 揚げ餃子・ザ 汁なし
夕	ごはん コンソメスープ ハンバーグ フライドポテト トマトサラダ	ごはん すまし汁 手巻ひき肉揚げ 肉ごぼろ煮 スープ・あんぱん マヨネーズ	ごはん 豚汁 魚のオイル焼き 煮込み ちくわと野菜のソテー	ごはん 和風スープ 豚肉煮 いりフライ サラダ	ごはん 中華スープ チキン南蛮 チキン ピリ辛きゅうり	ごはん トマトスープ ポークピカタ チキンポテト パセリ・チキン	ごはん 和風スープ 魚のコン・マヨ焼き フライドチキン 春雨サラダ
朝	ごはん みそ汁 キャベツ 煮卵	ごはん みそ汁 かつお 木耳(卵)炒め	ごはん みそ汁 じゃが芋 いんげんソテー	ごはん みそ汁 玉ねぎ 温野菜	ごはん みそ汁 豆腐 丸天煮	ごはん みそ汁 しめじ ウインナー・コンニャク	ごはん みそ汁 じゃが芋 オムレツ
昼	マーボー丼 中華スープ サラダ プリン	ごはん 和風スープ 鶏の塩こうじ焼き おびフライ ピーナツ炒め ジュース	ごはん まぜごはん ゆず塩中量肉 汁なし	ごはん 中華スープ 豚キムチ サラダ ヨーグルト	ごはん 豚ごぼうめし 和風スープ サラダ プリン	ごはん みそ汁 タレ焼きチキン コロック ほうれん草ごま炒め 汁なし	ごはん みそ汁 豚の生姜焼き サラダ 汁なし
夕	ごはん コンソメスープ とんかつ おぼろ煮 わかめ炒め	ごはん すまし汁 魚の佃煮・漬物 冷しゃぶ 厚揚げおろし	ごはん 春雨スープ 山ちゃん肉のからあげ 小松菜卵とじ おせしめの和え	ごはん だご汁 魚の西京焼き クリームコロック にんげんごま炒め	ごはん コンソメスープ チキンのトマト煮 スライス・温野菜 サラダ	ごはん 和風スープ 豚天 おろしソース マヨネーズ 金平れんこん	ごはん にらスープ 魚の佃煮・揚げ ちくわの磯辺揚げ おくらおろし炒め
朝	ごはん みそ汁 ふ 人巻・ししり	ごはん みそ汁 もやし 煮卵	ごはん みそ汁 里芋 焼魚	ごはん みそ汁 ねぎ 野菜炒め	ごはん みそ汁 えのき にら玉	ごはん みそ汁 白菜 しょうまい	ごはん みそ汁 じゃが芋 ウインナー
昼	ごはん 和風スープ 肉野菜炒め 揚げたにやき プリン	ごはん すまし汁 魚の塩焼き チキンカツ ピリ辛おせし ジュース	ごはん わかめごはん 冷しゃぶ 汁なし	ごはん 親子丼 和風スープ サラダ ヨーグルト	ごはん 中華スープ 豚肉オムレツ サラダ プリン	ごはん みそ汁 シックスフライ カリッとしない煮 汁なし	ごはん みそ汁 豚の生姜焼き マヨネーズ 汁なし
夕	三色おぼろ煮 みそ汁 サラダ	ごはん 中華スープ マヨネーズチキン 焼きうどん アロココリー・アムレ	ごはん わかめスープ 青梗菜肉桂 煮しご・ザ 汁なし	ごはん マカロニスープ ポークソテー 里芋サラダ きゅうりのきんぴら	ごはん すまし汁 豆腐ハンバーグ 魚フライ おせしめ炒め	ごはん ピピン丼 春雨スープ 温野菜 サラダ	ごはん 和風スープ 魚の明太マヨ焼き 甘酢肉団子 おろしごま炒め
朝	ごはん みそ汁 わかめ ピリ辛にやき	ごはん みそ汁 大根 高野豆腐の卵とじ	ごはん みそ汁 キャベツ チキンボール	ごはん みそ汁 かつお 厚揚げ	ごはん みそ汁 玉ねぎ スクランブル(コーン)	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁
昼	ごはん 中華スープ 回鍋肉 サラダ プリン	ごはん コンソメスープ 照焼ハンバーグ スパゲティ ジュース	ごはん ピザ 冷しゃぶ 汁なし	ごはん ハマシライス サラダ ヨーグルト	ごはん 豚丼 かきたま汁 サラダ プリン		
夕	カンカレー サラダ フルーツ	ごはん 豚汁 魚の甘酢煮 おき揚げ ゆであご	ごはん 中華スープ 鶏とわかめ 煮込み 揚げたて しょうまい	ごはん 和風スープ 魚の竜目揚げ 磯辺揚げ サラダ スパゲティ ゆずお浸し	ごはん コンソメスープ ささみ・チキン アグリタン アロココリー・サラダ		