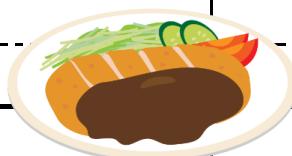


今週のメニュー

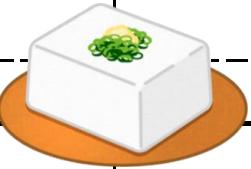
令和3年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/7	月	・ハムチーズトースト ・野菜サラダ ・にんじんしりしり ・コンソメスープ ・ヨーグルト	・白身魚のアクアパッツア ・肉団子 ・ひよこ豆のサラダ ・野菜スープ ・ごはん	
6/8	火	・豚肉のレタスの塩ダレ炒め ・かぼちゃのマッシュサラダ ・オクラのおかか和え ・味噌汁 ・ごはん	・味噌カツ ・れんこんのきんぴら ・長芋とわかめの梅サラダ ・ニラ玉スープ ・ごはん	
6/9	水	・鮭のクリーム煮 ・コールスローサラダ ・コンソメスープ ・ごはん ・フルーツ	・鶏肉のネギ塩焼き ・ジャーマンポテト ・キャベツの煮浸し ・オニオンスープ ・ごはん	
6/10		・けんちんうどん ・ほうれん草のお浸し ・漬物 ・かんぴょう巻き	・カレイの煮付け ・枝豆と桜エビのチヂミ ・パプリカと茄子の甘酢炒め ・すまし汁 ・ごはん	
6/11	金	・肉豆腐 ・きのこのベーコン巻き ・納豆 ・味噌汁 ・ごはん	・豚丼 ・水菜とじゃこサラダ ・ふろふき大根 ・味噌汁 ・フルーツゼリー	



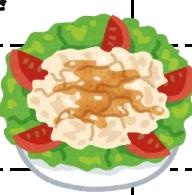
今週のメニュー

令和3年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/14	月	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏のムニエルハーブバターソース ・厚揚げのピザ焼き ・ブロッコリーのサラダ ・きくらげのスープ ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉の3色巻き ・油揚げの袋煮 ・もやしのナムル ・味噌汁 ・ひじきごはん 	※豚肉の3色巻きの3色は、人参・いんげん・えのき
6/15	火	<ul style="list-style-type: none"> ・焼きそばパン ・水菜サラダ ・ミネストローネ ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・天ぷら盛り合わせ ・冷奴 ・絹さやと竹輪の中華風炒め ・すまし汁 ・ごはん 	
6/16	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークチャップ ・アボカドのわさび醤油和え ・チョレギサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・タラのチーズピカタ ・鶏ささみの梅しそ春巻き ・そら豆の塩麹和え ・コンソメスープ ・ごはん 	
6/17	木	<ul style="list-style-type: none"> ・豚バラ大根 ・アスパラのお浸し ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮込みハンバーグ ・ごぼうサラダ ・なすとみょうがの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
6/18	金	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉とキャベツの和風旨煮 ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・ごはん ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・エビピラフ ・メンチカツ ・レタスサラダ ・オニオンスープ 	

今週のメニュー

令和3年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/21	月	※3色ネバネバ丼 ・つくねの大葉巻き ・かぼちゃの煮付け ・味噌汁	・ブリの照り焼き ・ひじきサラダ ・しし唐のピリ辛煮 ・味噌汁 ・ごはん	※3色ネバネバ丼の3色は納豆・オクラ・長芋
6/22	火	・青海苔ガーリックトースト ・じゃが芋ワインナーソテー ・枝豆サラダ ・コンソメスープ ・フルーツ	☆そば寿司 ・イカとキャベツの辛味噌炒め ・油揚げと生姜の混ぜごはん ・すまし汁	
6/23	水	・ほっけの塩焼き ・こんにゃくのピリ辛煮 ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・ごはん	・ズッキーニとチキンのトマト煮込み ・豆腐チャンプルー ・春雨サラダ ・味噌汁 ・ごはん	
6/24	木	・麻婆春雨 ・大根のそぼろ煮 ・セロリの酢漬け ・味噌汁 ・ごはん	・シーフードミックスフライ ・シーザーサラダ ・いんげんのゴマ和え ・きのこスープ ・ごはん	
6/25	金	・カレーオイスターーチキン ・グリーンサラダ ・オニオンスープ ・ごはん ・フルーツ	・豚肉の冷しゃぶサラダ ・はんぺんの磯部揚げ ・もやしの坦々煮 ・味噌汁 ・ごはん	

今週のメニュー

令和3年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/28	月	・塩肉じゃが	・鯖の竜田揚げ	
		・小松菜とベーコンの炒め物	・きのこのバターソテー	
		・豆腐サラダ	・長芋とオクラの塩昆布和え	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
6/29	火	・ジンジャーポーク	・オムライス	
		・たことセロリのレモン和え	・カニクリームコロッケ	
		・味噌汁	・グリーンサラダ	
		・ごはん	・コーンスープ	
		・ヨーグルト		
6/30	水	・ツナサンド	・かじきのチリソース炒め	
		・もやしときゅうりのサラダ	・さつま揚げと切り干し大根煮	
		・トマトのマリネ	・ハムとブロッコリーのごま酢和え	
		・豆乳スープ	・味噌汁	
		・ヨーグルト	・ごはん	
7/1	木	・鶏もも肉のゆずこしょう焼き	・冷やし中華	
		・かぼちゃのいとこ煮	・焼売	
		・モロヘイヤのナムル	・ほうれん草のピーナッツ和え	
		・味噌汁	・ワカメスープ	
		・ごはん		
7/2	金	・アジの干物	・豚キムチ丼	
		・筑前煮	・棒棒鶏サラダ	
		・漬物	・キャベツと油揚げのさっと煮	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん		

