

2024年6月

献立表



							6月1日(土)
朝食							ごはん 切干大根の煮物 菜の花のおかか和え 味噌汁
昼食							ごはん 豚しゃぶ 平天の炒め物 しろ菜のドレッシング和え 味噌汁
3時							カステラ
夕食							ごはん 千草焼き 里芋煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年6月

献立表



	6月2日(日)	6月3日(月)	6月4日(火)	6月5日(水)	6月6日(木)	6月7日(金)	6月8日(土)
朝食	梅粥 出し巻き玉子 小松菜の生姜和え 味噌汁 	ごはん レンコンきんぴら ほうれん草のお浸し 味噌汁	イエローロール スパゲティサラダ フルーツ オレンジジュース 	ごはん 豆佃煮 小松菜の和え物 味噌汁	青菜粥 かぼちゃの含め煮 青菜の胡麻和え 味噌汁	黒糖ロール コールスローサラダ フルーツ 牛乳 	ごはん 切干大根煮 ほうれん草の湯葉和え 味噌汁
昼食	ふりかけごはん とんこつ醤油ラーメン フルーツ	ごはん チキンカツ こんにゃくの炒め物 チンゲン菜の紅エビ和え 味噌汁 	ちらし寿司 大根のあんかけ 赤だし	ごはん ミンチカツ もやしのオイスター炒め ピーマンの塩昆布和え スープ 	炊き込みご飯 豚汁 インゲンの玉子とし カリフラワーサラダ	ごはん 鶏とじゃがいもの炒り煮 ビーフンソテー しろ菜の和え物 清汁	ふりかけごはん 玉子とじうどん 菜の花の酢味噌和え 
3時	あんバタ饅頭	いちごロール	人形焼き	ミニ野菜カステラ	シュークリーム	豆乳饅頭	バームクーヘン
夕食	ごはん あじの西京味噌焼き がんもの含め煮 キャベツの甘酢和え 清汁 	ごはん 八宝菜 春雨炒め インゲンサラダ スープ	ごはん すき煮 レンコンのネギ塩炒め オクラの柚子風味 味噌汁 	ごはん かれのいの野菜あんかけ じゃが芋の味噌煮 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ和風ソース ひじき煮 春菊のちりめん和え 味噌汁	ごはん たらの天ぷら 金時豆佃煮 白菜のゆかり和え 味噌汁	ごはん 豚のマヨ炒め 大根の含め煮 チンゲン菜の中華和え スープ 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年6月

献立表



	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)
朝食	中華粥 里芋の煮物 青菜のポン酢和え 味噌汁 	ごはん 金時豆佃煮 小松菜のドレ和え 味噌汁	イエローロール マカロニサラダ フルーツ オレンジジュース 	ごはん 竹の子の土佐煮 菜の花のお浸し 味噌汁	梅粥 レンコン金平 青菜の和え物 味噌汁	黒糖ロール ミニハンバーグ フルーツ 牛乳 	ごはん ひじきの煮物 菜の花の胡麻和え 味噌汁
昼食	ごはん さわらの照り焼き キャベツさっと煮 まめまめサラダ 味噌汁	木の葉丼 菊菜の和え物 赤だし 	ごはん 厚揚げと豚肉の生姜炒め 竹輪の煮物 オクラのカニ風味和え 味噌汁	ごはん コロッケ(2種類) スパゲティソテー アスパラのサラダ 味噌汁 	ごはん あじの香味醤油焼き チンゲン菜の煮浸し 大根の青じそ風味 赤だし	【ご当地メニュー(長崎県)】 ゆかりごはん 長崎ちゃんぽん 玉子豆腐	ごはん 鶏肉のから揚げ 茄子の旨煮 春雨サラダ 味噌汁 
3時	チョコブッセ	もみじ饅頭	パウンドケーキ	牛乳ケーキ	ワッフル	黒糖饅頭	ミニマフィン
夕食	ごはん 肉団子の酢豚風 小松菜と平天の炒め物 白菜生姜和え 味噌汁 	ごはん 筑前煮 出し巻き玉子 春雨酢 味噌汁	ごはん かわいいの和風あんかけ きんぴらごぼう もやしの梅肉和え 味噌汁 	ごはん チキンピカタ カリフラワーのコンソメ煮 しろ菜のおかか和え スープ	ごはん 麻婆豆腐 シューマイ 小松菜ナムル スープ	ごはん 鯖の煮付け 平天の紅エビ炒め ほうれん草のお浸し 味噌汁	ごはん 豚じゃが ちくわのマヨ炒め 白菜の酢の物 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年6月

献立表



	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)
朝食	玉子粥 金時豆佃煮 レンコンのり和え 味噌汁 	ごはん かぼちゃの含め煮 青菜のわさび和え 味噌汁	イエローロール マカロニサラダ フルーツ オレンジジュース 	ごはん レンコン金平 チンゲン菜の和え物 味噌汁	梅粥 里芋の煮物 春菊のなめたけ和え 味噌汁	黒糖ロール ほうれん草のソテー フルーツ 牛乳 	ごはん ピーマン生姜炒め 湯葉と昆布の彩り和え 味噌汁
昼食	父の日 スタミナ丼 ひじき煮 冷奴 味噌汁	ごはん カツとじ ごぼう甘辛炒め しろ菜のお浸し 味噌汁 	ごはん 白身魚のフライ インゲンの炒め物 和風ポテトサラダ 味噌汁	ポークカレーライス 菜の花のサラダ フルーチェ 漬物 	ごはん あじの照り焼き 高野の玉子とじ もやしの酢の物 味噌汁	ごはん 鶏の野菜蒸し 春雨オムレツ炒め オクラ胡麻和え 味噌汁	ゆかりごはん 冷やし中華 フルーツ 
3時	ミニどら焼き	ゆず饅頭	チョコバーム	黒ごま饅頭	バターケーキ	プリン	ベビーシュークリーム
夕食	ごはん さわらの塩焼き 冬瓜煮 インゲンサラダ 味噌汁 	ごはん 鶏団子の味噌煮 ビーフン炒め オクラの中華和え 清汁	ごはん 豆腐の中華あんかけ じゃこピーマン カリフラワーの白味噌和え スープ 	ごはん ほうれん草オムレツ アスパラのコンソメ煮 キャベツのマスタード和え スープ	ごはん お好み焼き 小松菜お浸し 味噌汁	ごはん 豚肉の柳川煮 青菜ソテー 大根サラダ 味噌汁	ごはん 照り焼きハンバーグ (照焼きソース) ブロッコリーのコンソメ煮 レンコンサラダ 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年6月

献立表

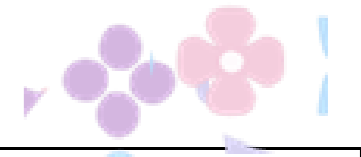


	6月23日(日)	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)
朝食	青菜粥 茄子のピリ辛炒め 玉子豆腐 味噌汁 	ごはん ひじき煮 大根の甘酢和え 味噌汁	イエローロール アスパラの洋風煮 フルーツ オレンジジュース 	ごはん 豆の佃煮 青菜の生姜和え 味噌汁	ごはん レンコン金平 春菊の湯葉和え 味噌汁	黒糖ロール 南瓜サラダ ヨーグルト 牛乳 	ごはん ボイルウィンナー 冷奴 味噌汁
昼食	ごはん あじの煮付け ビーフンの炒め物 しろ菜のきのこ和え 味噌汁	チャーハン シューマイ ほうれん草ツナ和え スープ 	ごはん さばの漬け焼き 小松菜煮浸し ごぼうサラダ 味噌汁	ハヤシライス コールスロー ゼリー 漬物 	ごはん 豚肉のピリ辛照りマヨ炒め 里芋の煮っころがし 青菜の辛子和え スープ	ふりかけごはん 冷やしおろしそば 菜の花の梅肉和え	ごはん 鶏の照り焼き 大根田楽 ブロッコリーのドレ和え 清汁 
3時	ブッセ	おかしなバナナ	たい焼きクリーム	あんずケーキ	よもぎ饅頭	ベビーあんドーナツ	栗饅頭
夕食	ごはん ふくさ卵 じゃが芋のそぼろ煮 菜の花のサラダ 味噌汁 	ごはん チキン南蛮 高野豆腐の含め煮 菊菜のお浸し 赤だし	ごはん 豚肉と野菜のソース炒め 切干大根煮 ブロッコリー中華和え 味噌汁 	ごはん 厚揚げとひき肉の煮物 ちくわの胡麻炒め インゲンの酢味噌和え 清汁	ごはん かれいのちゃんちゃん焼き さつま揚げ煮物 オクラのなめたけ和え 清汁	ごはん 豆腐の五目あんかけ ミートボール 白菜の酢の物 味噌汁	ごはん 豚じゃが もやしと玉子のソテー ほうれん草のポン酢和え 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年6月

献立表



6月30日(日)							
朝食	梅粥 出し巻き玉子 小松菜コーン和え 味噌汁						
昼食	ゆかりごはん カレーうどん ちくわの胡麻炒め						
3時	ミニ野菜カステラ						
夕食	ごはん ミンチカツ ひじき煮 チンゲン菜の中華和え 味噌汁						

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。