

☆6月の献立で一す☆



文字の間違い探し！
7個みつけてね☆彡

							6/1(土)	6/2(日)
朝食	おやつ						厚揚げの炒め物	シチュー
							紅白なます	サラダ
昼食	おやつ						味噌汁	フルーツ
							ご飯	食パン
夕食	おやつ						まぐろの味噌マヨ焼き	オムライス
							炒り豆腐	ナムル
朝食	おやつ						フルーツ	フルーツ
							味噌汁	コンソメスープ
昼食	おやつ						ご飯	
							大学芋	
夕食	おやつ						コーヒーゼリ	ぶちけーき
							スコッチエッグ	コロケ
朝食	おやつ						南瓜㊤	茄子とハムのサラダ
							いんげんの胡麻和え	あんみつ
昼食	おやつ							豚汁
								生姜ご飯
		6/3(月)	6/4(火)	6/5(水)	6/6(木)	6/7(金)	6/8(土)	6/9(日)
朝食	おやつ	がんもの煮物	カレイの煮付け	モーレツ	納豆	ポトフ	肉じゃが	ジャーマンポテト
		なめたけおろし	煮豆	さつまいもサラダ	ささみサラダ	フルーツ	シラスおろし	フルーツ
昼食	おやつ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	コーンクリームスープ	味噌汁	コンソメスープ
		ご飯	ご飯	食パン	ご飯	食パン	ご飯	ごまパン
夕食	おやつ	鶏の南蛮漬け	ぶっかけうどん	つくねと白菜の煮物	とろろごはん	プリの照り焼き	クリームシチュー	オムライス
		小海老のサラダ	厚焼き玉子	白和え	揚げ出し豆腐	蓮根の炒め煮	スーパーサラダ	ナムル
朝食	おやつ	フルーツ	揚げ茄子のやまかけ	しらすおろし	春雨サラダ	茶碗蒸し	ロールパン	フルーツ
		コンソメスープ		味噌汁	厚焼き玉子	味噌汁		コーンクリームスープ
夕食	おやつ	大福	水羊羹	スイートポテト	チーズ蒸しパン	バナナヨーグルトケーキ	アップルパイ	お菓子アラカルト
		鯖の粕漬け焼き	チキンカツ	鱈の梅肉煮	ポークチャップ	とんかつ	鯖の味噌漬け焼き	カレーライス
朝食	おやつ	肉じゃが	マカロニサラダ	焼きピーマン	南瓜サラダ	ふろふき大根	味噌マヨサラダ	サラダ
		白菜の酢醤油和え	大根のフレーク煮	茄子の田楽	きんぴらごぼう	春雨サラダ	切り干し大根の煮物	ゆで卵
夕食	おやつ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	ヨーグルトフルーツ
		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
		6/10(月)	6/11(火)	6/12(水)	6/13(木)	6/14(金)	6/15(土)	6/16(日)
朝食	おやつ	豆腐のそぼろあんかけ	温泉卵	スクランブル交差点	焼き豆腐煮	鱈の塩焼き	玉ねぎの卵とじ	あじのムニエル
		茄子の胡麻和え	南瓜のそぼろ煮	サラダ	白菜の浅漬け	切り干し大根の煮物	さつまいものきんぴ	フルーツ
昼食	おやつ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	コーンクリームスー
		ご飯	ご飯	食パン	ご飯	ご飯	ご飯	クロワッサン
夕食	おやつ	肉豆腐	刺身盛り合わせ	スパゲティーミートソース	豚しゃぶ	サンドウィッチ	南瓜コロケ	ラーメン
		南瓜の金平	春雨の炒め物	ポテトサラダ	ほうれん草のくるみ和え	豚肉と大豆のトマト煮	干瓢と牛肉の煮物	餃子
朝食	おやつ	フルーツ	フルーツ	目玉焼き	フルーツ	さつまいもサラダ	フルーツ	海藻サラダ
		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	かき玉汁	ヨーグルトフルーツ
夕食	おやつ	チョコ蒸しパン	豆乳プリン	ホットケーキ	チーズケーキ	シュークリーム	たこ焼き	抹茶ワッフル
		天ぷら	和風ミートローフ	鱈の粕漬け焼き	シイラのフライ	ホッケー塩焼き	豚肉の生姜焼き	静岡親子丼
朝食	おやつ	ほうれん草炒め	五目煮豆	肉じゃが	ひじきの煮物	福袋の煮物	じゃがいものたらこ和え	白菜の酢の物
		きゅうりのうめおかか和え	胡瓜とわかめの酢の物	大根ととびこの酢の物	白菜の酢の物	茄子の生姜醤油和え	卵の花	フルーツ
夕食	おやつ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		6/17(月)	6/18(火)	6/19(水)	6/20(木)	6/21(金)	6/22(土)	6/23(日)
朝食	おやつ	がんもの煮物	高野豆腐の煮物	オムレツ	納豆	鶏ひき肉の卵とじ	カレイの味噌漬け焼き	豚肉と大豆のトマト
		温野菜サラダ	梅干し	粉ふき芋	切り昆布の煮物	フルーツ	なめたけおろし	フルーツ
昼食	おやつ	味噌汁	味噌汁	ミネストローネ	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	牛乳
		ご飯	ご飯	食パン	ご飯	食パン	ご飯	ロールパン
夕食	おやつ	チキンカレー	鯖のおろし煮	豚肉とまいたけのくわ焼き	昼から	和風ミートローフ	ちらし寿司	きつねうどん
		巣籠もり卵	なすのそぼろあんかけ	モロヘイヤの和え物		薩摩芋の胡麻和え	高野豆腐の射込み	コロケ
朝食	おやつ	海藻サラダ	ポテトサラダ	フルーツ	🍷🍷	蕪のあちら漬け	胡瓜とカニカマのマヨあえ	ササミサラダ
		ヨーグルトフルーツ	味噌汁	味噌汁		蓮根のすり流し汁	味噌汁	餡蜜
夕食	おやつ	ぶどうゼリー	フルーチェ	クッキー	いちじくケーキ	白玉団子	どら焼き	栗まんじゅう
		加いの菜種焼き	カニ玉風	鮭のちゃんちゃ焼き	鶏肉のピカタ	カジキの照り焼き	味フライ	味フライ
朝食	おやつ	たけのこの煮物	里芋の煮付け	小松菜の菜種和え	南瓜の煮付け	がんもと小松菜の煮物	ほうれん草の胡麻和え	コールスローサラダ
		茄子のきんぴら	小松菜のお浸し	大根のそぼろあんかけ	炒り豆腐	大根ととびこの酢の物	五目煮豆	冷奴
夕食	おやつ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	フルーツ
		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
		6/24(月)	6/25(火)	6/26(水)	6/27(木)	6/28(金)	6/29(土)	6/30(日)
朝食	おやつ	鯖の塩焼き	温泉卵	スクランブルエッグ	太刀魚の塩焼き	ピーンチュー	厚揚げの卵とじ	ポトフ
		ほうれん草の胡麻和	小松菜とあさりの和	サラダ	ゼンマイの煮物	サラダ	紅白なます	フルーツ
昼食	おやつ	味噌汁	味噌汁	クラムチャウダー	味噌汁	フルーツ	味噌汁	コーンクリームスー
		ご飯	ご飯	食パン	ご飯	食パン	ご飯	ごまパン
夕食	おやつ	鯖の味噌煮	負弁	鰯の蒲焼き	すき焼き風	焼きそば	酢豚	なめこそば
		茶碗蒸し	胡瓜とわかめの酢の物	長芋と青菜のとろみ煮	胡瓜の酢味噌和え	しゅうまい	春雨㊤	春雨㊤
朝食	おやつ	五目膾	フルーツ	フルーツ	フルーツ	大根の酢の物	フルーツ	ゆで卵
		吸物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	中華スープ	中華スープ	あんにとろふ
夕食	おやつ	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
		南瓜プリン	饅頭	チーズケーキ	アイスクリーム	黒糖蒸しパン	エクレア	最中
朝食	おやつ	豆腐ハンバー	鮭のコーンマヨ焼き	ささ身カツ煮	メルルーサの甘酢あんかけ	ぼうぼうとり	太刀魚の香味焼き	スタミナ丼
		オーロラサラダ	水菜のお浸し	きんぴらごぼう	ほうれん草の霰和え	薩摩芋のシナモン風	南瓜の煮物	切り干し大根の煮物
夕食	おやつ	若竹煮	春雨の炒め物	味噌マヨサラダ	ポテトサラダ	茄子の煮浸し	ほうれん草のじゃこ和え	フルーツ
		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
朝食	おやつ	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	

たこ焼きの日



