

月	火	水	木	金	土	日
			6/1	6/2	6/3	6/4
			きつねうどん かきあげ わかめときゅうりの酢の物	赤魚の煮つけ 鶏肉の山椒焼き うの花 青菜の胡麻和え	ハヤシライス イカリングフライ スパサラダ	混ぜご飯 サバの塩焼き じゃがいもの煮つけ 青菜の辛子和え
6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11
やきそば メンチカツ 青菜のお浸し	肉団子の甘酢炒め 揚げ鶏の甘酢あん キャベツのコンソメ煮 ポテトサラダ	親子丼 冷奴 白菜の和え物	チキンカツ 鮭のちゃんちゃん焼き 青菜の煮浸し スパサラダ	鶏肉の野菜あんかけ ひじきの煮つけ 青菜の辛子和え	煮込みハンバーグ 鮭の塩焼き 白菜のスープ煮 かぼちゃサラダ	あじの塩焼き 豚肉と野菜の味噌炒め 大根の煮つけ わかめときゅうりの酢の物
6/12	6/13	6/14	6/15	6/16	6/17	6/18
豚カツ卵とじ マグロカツ卵とじ きんぴらごぼう ほうれん草の胡麻和え	サバみりん 大根の煮つけ わかめときゅうりの酢の物	赤魚のおろし煮 豚の生姜焼き 青菜の煮浸し 白和え	カレーライス ホタテフライ ブロッコリーサラダ	豚肉の味噌焼き 鯖の味噌煮 じゃがいもの煮つけ 青菜のお浸し	肉きしめん 温泉卵 とろろ	ミルフィーユカツ なすの味噌かけ カリフラワーサラダ
6/19	6/20	6/21	6/22	6/23	6/24	6/25
そば いなり いも天 青菜の和え物	豚肉のごましゃぶ炒め たらのゴマみりん焼き 糸昆布の煮つけ 冷奴	鯖の西京焼き 切干大根煮 わかめときゅうりの酢の物	おろしかつ 白身魚のみぞれ煮 青菜の煮浸し サツマイモサラダ	豚そぼろ丼 茄子の煮つけ 青菜のお浸し	鶏肉の味噌焼き サーモンフライ 里芋の煮つけ 玉子豆腐	鮭の幽庵焼き 豚肉の七味焼き じゃがいもの煮つけ ブロッコリーサラダ
6/26	6/27	6/28	6/29	6/30	<p>は選択メニューです☆ カレー等や丼物、麺類以外は、全ての食事に がついてきます(*^▽^*)</p> 	
白身魚の照り焼き 八宝菜 卵の花 青菜の和え物	ちらし寿司 炊き合わせ 春雨の和え物	山菜うどん 磯辺揚げ 白和え	豚の生姜焼き 青菜の煮浸し スパサラダ	鯖の山椒焼き 鶏肉の山椒焼き キャベツの炒め物 とろろ		

※献立は変更する場合があります。