

6月の予定献立表

やよいほうむ

1 / 3

								令和7年6月1日(日)
朝								御飯 豆腐の中華きのこあんかけ いんげんのおかか煮 牛乳
昼								御飯 蒸し鶏の油淋鶏 じゃが芋の煮っころがし ほうれん草のカニカマ和え みそ汁
夕								バニラロールケーキ 御飯 さわらのからし焼き きんぴらごぼう マカたまサラダ みそ汁
令和7年6月2日(月)		令和7年6月3日(火)	令和7年6月4日(水)	令和7年6月5日(木)	令和7年6月6日(金)	令和7年6月7日(土)	令和7年6月8日(日)	
朝	パン オムレツ しろ菜のお浸し 牛乳	御飯 厚揚げの生姜煮 菜の花と人参お浸し 牛乳	御飯 大豆のトマト煮 小松菜のツナ和え 牛乳	御飯 八幡巻き 春菊のしらす和え 牛乳	御飯 高野豆腐の卵とじ キャベツの洋風煮 牛乳	御飯 豆腐の肉味噌かけ 若布と錦糸卵の酢の物 牛乳	御飯 ベーコンと卵の洋風煮 春菊とコーンの煮浸し 牛乳	
昼	御飯 赤魚のねぎ蒸し 大根と竹輪の煮物 もやしの酢の物 みそ汁	鶏と椎茸のちらし寿司 冬瓜のとろみ煮 ごぼうサラダ すまし汁	御飯 和風おろしハンバーグ ちくわの煮物 さつま芋サラダ みそ汁	御飯 たらの煮つけ がんもとれんこんの煮物 春雨サラダ みそ汁	御飯 さばの味噌煮 花しんじょうの煮合わせ しろ菜カニカマ和え すまし汁	御飯 豚肉とシ甘辛炒め じゃが芋と玉葱の炒め物 ゆずなます みそ汁	御飯 さわらの西京焼き 刻み昆布煮 大根菜の和え物 すまし汁	
おやつ	コーヒーゼリー	どら焼き	やわらか水ようかん	今川焼(こしあん)	焼きドーナツ(チョコ)	ソフトクレープ	しっとりまんじゅう(黒糖)	
夕	御飯 豚の味噌煮 卯の花炒り カリフラーとアスパラのサラダ すまし汁	御飯 さばの照り煮 かぼちゃと昆布の煮物 キャベツと豚のコースロー みそ汁	御飯 あじのカレー焼き さつま揚げの炒り煮 オニオンサラダ みそ汁	御飯 豚肉の野菜炒め ひじきの煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え すまし汁	御飯 鶏肉のハーブ焼き 人参とコンヤクの甘酢金平 ブロッコリーのかぶフルサラダ みそ汁	御飯 カレイの若狭焼き 金平れんこん 小松菜のお浸し みそ汁	御飯 鶏の和風煮込み コンヤクと竹輪の炒め物 3種の豆と豆乳のサラダ みそ汁	

	令和7年6月9日(月)	令和7年6月10日(火)	令和7年6月11日(水)	令和7年6月12日(木)	令和7年6月13日(金)	令和7年6月14日(土)	令和7年6月15日(日)
朝	御飯 あじの塩焼き キャベツの浅漬け 牛乳	パン チーズオムレツ チンゲン菜のソテー ^{牛乳}	御飯 厚焼き玉子 大豆と筍の旨煮 牛乳	御飯 炒り豆腐 菜の花と揚げのお浸し 牛乳	御飯 ふんわり卵の甘酢あんかけ カリフラワーとアスパラのサラダ 牛乳	御飯 豆腐のあんかけ ピーマンの旨煮ナムル 牛乳	御飯 ねぎたま焼き 玉ねぎと若布のナムル 牛乳
昼	御飯 甘辛ダレの唐揚げ ふきの炒め煮 ポテトサラダ みそ汁	御飯 ゆで鶏の南蛮 かぼちゃのレーズン煮 ひじきとツナのサラダ コンソメスープ	御飯 たらのあんかけ ピーマンと竹輪のきんぴら 若布とカニカマの酢の物 みそ汁	御飯 さばのからし焼き さつま芋の煮物 切干大根の酢の物 みそ汁	☆☆ お祝い膳 ☆☆ 海鮮ちらし寿司 白身魚の蒸し煮 きのこの味噌煮 おくらのごま和え すまし汁 フルーツカクテル	親子とじうどん キヤバッソと厚揚げのおかか煮 切干とひじきのツマヨサラダ	御飯 あじの煮つけ さつま芋と豚肉の煮物 ほうれん草と揚げのお浸し みそ汁
おやつ	ワッフル	みかんゼリー	プリン	焼きドーナツ(チョコ)	ムースエクレア	バニラロールケーキ	苺のムース
夕	御飯 豚すき焼き もやし炒め 菜の花のお浸し すまし汁	御飯 赤魚の生姜煮 かぶのさっぱり煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	御飯 牛皿 ブロッコリーのほたてあんかけ フルーツゼリー ^{すまし汁}	御飯 鶏の旨煮 揚げ茄子の生姜あん ハムと野菜のマリネサラダ みそ汁	わかめごはん 塩豚 里芋のベーコン炒め 春菊と人参のお浸し すまし汁	御飯 さわらの生姜煮 じゃが芋とマッシュルームのソテー ^{春雨サラダ} しそ風味 みそ汁	御飯 ハヤシソースハンバーグ もやしと桜エビの炒め物 トマトペンネサラダ コンソメスープ
	令和7年6月16日(月)	令和7年6月17日(火)	令和7年6月18日(水)	令和7年6月19日(木)	令和7年6月20日(金)	令和7年6月21日(土)	令和7年6月22日(日)
朝	御飯 炒り鶏 小松菜のごま和え 牛乳	御飯 豚肉と玉ねぎの炒め物 カリフラワーの甘酢 牛乳	パン 洋風スクランブル&ウインナーセット キャベツのポン酢和え 牛乳	御飯 五目豆煮 ブロッコリーの油淋 ^{すまし} 和え 牛乳	御飯 茄子と卵のトマト味噌炒め ポテトサラダ 牛乳	御飯 エビの彩りしんじょう かぶの煮物 牛乳	御飯 トマトスクランブルウインナーセット ゆずと白菜のさっぱり和え 牛乳
昼	御飯 豚肉のオイスター炒め 木の葉しんじょうの煮物 マカたまサラダ すまし汁	御飯 コロッケ 刻み昆布煮 大豆と玉ねぎのマリネ コンソメスープ	御飯 鶏肉の生姜照り焼き 舞茸と人参の炒め煮 ツマヨコーンの大根サラダ みそ汁	御飯 赤魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 しろ菜と人参のお浸し みそ汁	御飯 豚の甘辛煮 カリフラワーのクリーム煮 菜の花のカニカマ和え みそ汁	御飯 さばのみりん焼き さつま芋の甘露煮 人参サラダ すまし汁	御飯 ぎせい豆腐の野菜あんかけ チンゲン菜とバーコンのソテー ^{かぼちゃサラダ} すまし汁
おやつ	ミニおはぎ	はちみフレモンゼリー	チョコレートムース	ドームケーキ	ワッフル	プリン	やわらか水ようかん
夕	御飯 カレイのソテー ^{牛乳} 切干大根と高野豆腐の煮物 キャベツともずくの和え物 みそ汁	御飯 ぶりの照り焼き かぼちゃのふわふわ豆腐 スパゲティサラダ みそ汁	御飯 めばるの煮つけ 薩摩揚げの炒り煮 チンゲン菜のお浸し すまし汁	御飯 回鍋肉 がんもの含め煮 三色ピーマンのおかか和え 中華スープ	鮭のちらし寿司 いんげんのおかか煮 オニオンとハムのサラダ すまし汁	御飯 キヤバッソと鶏のちゃんぽん風 小松菜とちくわの煮浸し 若布と錦糸卵の中華和え みそ汁	御飯 鶏の生姜炒め じゃが芋とツケの醤油炒め ピーマンマリネ みそ汁

	令和7年6月23日(月)	令和7年6月24日(火)	令和7年6月25日(水)	令和7年6月26日(木)	令和7年6月27日(金)	令和7年6月28日(土)	令和7年6月29日(日)
朝	御飯 大豆としらすの煮物 キャベツと豚の白だし煮 牛乳	御飯 かに風味あんかけしんじょう 刻み昆布の煮物 牛乳	御飯 鶏団子のポトフ モロヘイヤのお浸し 牛乳	パン ウイナーと卵のケチャップ炒め じゃが芋の洋風煮 牛乳	御飯 エビ大根 チンゲン菜の塩炒め 牛乳	御飯 山形芋煮風 カツラーオのゆかり和え 牛乳	御飯 豆乳仕立ての野菜蒸し ほうれん草のカニカマ和え 牛乳
昼	御飯 鶏肉と玉葱のポン酢煮 人参と揚げの炒め煮 ブロッコリーのドレッシング和え みそ汁	御飯 あじの塩焼き 里芋のそぼろ煮 もやしの酢の物 みそ汁	御飯 さばの味噌煮 キャベツの洋風煮 なます すまし汁	ポークカレーライス ちくわの五目煮 春菊のしらす和え コンソメスープ	御飯 鶏肉のバーベキュー焼き かぼちゃと昆布の煮物 マカロニサラダ みそ汁	御飯 赤魚の煮つけ なすの煮物 蓮根とたらこの柚子和え みそ汁	混ぜ込み青菜御飯 ハニーマスタードチキン 厚揚げのあっさり焼き オクラのごま和え すまし汁
おやつ	焼きドーナツ(チョコ)	バニラロールケーキ	コーヒーゼリー	ソフトクレープ	ドームケーキ(こしあん)	みかんゼリー	チョコレートムース
	御飯 さわらの煮つけ れんこんと人参の煮物 オニオンサラダ みそ汁	御飯 豚肉と厚揚げの炒め物 揚げ茄子といんげんの生姜餡 春菊のおかか和え すまし汁	御飯 酢鶏 花高野巻きの煮合わせ 明太子スパゲティサラダ みそ汁	御飯 カレイのみぞれかけ 三色煮豆 人参とツナのサラダ みそ汁	御飯 麻婆豆腐 ピーマンとツナの炒り煮 キャベツのドレッシング和え 中華スープ	御飯 豚肉のチャプチエ風 大豆煮 じゃが芋のコロコロサラダ すまし汁	御飯 さわらの山椒焼き ひじきの煮物 切り干し大根の酢の物 みそ汁
	令和7年6月30日(月)						
朝	御飯 鶏と大豆の煮物 春菊とちくわの和え物 牛乳	     					
昼	御飯 ハンバーグデミソース ジャーマンポテト ブロッコリーのかぶつサラダ コンソメスープ ワッフル	  					
おやつ	御飯 さばの照り煮 さつまいもと小松菜の和風生姜あん スパゲティサラダ みそ汁	  					