



メニュー表



6月1日 (日)	6月2日 (月)	6月3日 (火)	6月4日 (水)	6月5日 (木)	6月6日 (金)	6月7日 (土)
ご飯 鶏肉の照り焼き フロッコリーの和え がんもの煮物 味噌汁 637 kcal	ご飯 牛肉の焼肉風炒め物 卵豆腐 千ゲン菜の煮浸し 赤だし 559 kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 照り焼き 梅肉和え 大根の煮物 吸物 484 kcal	ご飯 天ぷら盛合せ ひじきの炒め煮 味噌汁 フルーツ 601 kcal	散らし寿司 炊き合わせ 小松菜の菜種和え 吸物 甘酢生姜 445 kcal	ご飯 豚肉のオイスター炒め さつまいもの揚げ煮 白菜サラダ 中華スープ 631 kcal	ハントんライス く石 かぶらのカニ風味あ 青菜の和え物 スープ 612 kcal
焼きプリンタルト 122 kcal	ワッフル 74 kcal	ミニおはぎ (あん) 128 kcal	ミニカツケーキ (4-7個) 68 kcal	アイスクリーム 151 kcal	コーヒーゼリー 113 kcal	ロールケーキ 152 kcal
6月8日 (日)	6月9日 (月)	6月10日 (火)	6月11日 (水)	6月12日 (木)	6月13日 (金)	6月14日 (土)
ご飯 肉豆腐 野菜揚げ 春菊のごま和え 味噌汁 600 kcal	ご飯 とんかつ 切干大根の煮物 サラダ スープ 532 kcal	そぼろ丼 インゲンのいため煮 長芋のわさび和え 吸物 497 kcal	ご飯 ミートボールの和風 千草焼き キャベツのサラダ 味噌汁 581 kcal	ご飯 鯖の煮付け たまごとし 春菊のごま和え 味噌汁 581 kcal	ゆかりご飯 冷やしおろし茶そば めた和え かき揚げ 457 kcal	中華丼 エビシューマイ 春雨の和え物 スープ 611 kcal
黒糖まんじゅう 104 kcal	フルーツ杏仁 45 kcal	川-6コンフェ 82 kcal	ヨーグルトゼリー 53 kcal	ゴマプリン 72 kcal	レアチーズケーキ 88 kcal	水ようかん (芋) 65 kcal



メニュー表



6月15日 (日)	6月16日 (月)	6月17日 (火)	6月18日 (水)	6月19日 (木)	6月20日 (金)	6月21日 (土)
ご飯 五目卵焼き 野菜添え きぬ揚げの煮物 オクラの胡麻和え 味噌汁 601 kcal	ご飯 鶏の治部煮 ピーマンのゴマ醤油 高野の煮物 味噌汁 636 kcal	ご飯 太刀魚の山椒焼き インゲン菜のお浸し 馬鈴薯の煮物 かき玉汁 485 kcal	カレーライス サラダ フルーツ 漬物 616 kcal	ご飯 豆腐のそぼろあん 大根の煮物 もやしと胡瓜のごま 吸物 528 kcal	ご飯 鶏の味噌煮 インゲンの和え物 茄子の煮浸し 吸物 554 kcal	ご飯 アジの南蛮漬け 小松菜の煮浸し 赤だし フルーツ 556 kcal
シュークリーム 95 kcal	シットリどら焼き (こし) 114 kcal	白桃羹 53 kcal	ぼんせんえび 19 kcal	ロールケーキ 110 kcal	イチゴゼリー 53 kcal	りんごのタルト 106 kcal
6月22日 (日)	6月23日 (月)	6月24日 (火)	6月25日 (水)	6月26日 (木)	6月27日 (金)	6月28日 (土)
ご飯 豚肉の生姜炒め 冬瓜の酢の物 南瓜の煮物 味噌汁 684 kcal	なめし 冷やしうどん 青菜の煮浸し 馬鈴薯のそぼろ煮 492 kcal	ご飯 千キンニル/和風キ 野菜サラダ 冬瓜のくず煮 スープ 604 kcal	ご飯 煮込みハンバーグ 胡瓜のわさび和え さつまいもの甘煮 吸物 703 kcal	ご飯 肉じゃが 玉子ロール 白菜の辛子和え 吸物 544 kcal	ご飯 ホキの味噌コネズ焼 大根のそぼろあんか 春雨の酢の物 吸物 525 kcal	散らし寿司 がんもとなすの炊合 ほうれん草のごま和 吸物 甘酢生姜 484 kcal
ミニたい焼き 93 kcal	プリン 74 kcal	チョコスティック 94 kcal	抹茶ワッフル 80 kcal	オムレット 124 kcal	ミニおはぎ (きなこ) 98 kcal	マンゴープリン 44 kcal
6月29日 (日)	6月30日 (月)					
ご飯 秋カツとし 白菜の土佐和え 赤だし フルーツ 566 kcal	ご飯 さわらの煮付け ふわふわ玉子とし インゲンの和え物 味噌汁 544 kcal					
シットリどら焼き (かた) 110 kcal	水ようかん (抹茶) 65 kcal					

