















予定献立表

令和 8年 6月 11日 ~ 令和 8年 6月 20日

日	朝食	昼食	夕食
11(木)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ アシド・ミルク 	ごはん お好み焼き風玉子焼き 野菜椀 オクラのポン酢和え フルーツ 	ごはん 肉団子の酢豚風 えび餃子 マカロニサラダ 
12(金)	ごはん みそ汁 麩の煮付け 佃煮 牛乳 	ちらし寿司 (代替食: 鶏肉の照り焼き) すまし汁 茄子の利休煮 イチゴプリン 	ごはん 鯖の生姜焼き 青菜のさっと煮 カリフラワーの甘酢和え 
13(土)	ごはん みそ汁 アスパラと卵の炒め物 ふりかけ 牛乳 	ごはん クリームコロッケ さつま汁 大根サラダ フルーツ 	ごはん なすの肉味噌かけ 大豆煮 白菜の磯辺和え 
14(日)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん 和風ハンバーグ 南瓜のバター煮 カニサラダ フルーツ 	ごはん 鯖の照り焼き ひじき煮 青菜のごま和え 
15(月)	ごはん みそ汁 がんも煮 ふりかけ ぶどうヨーグルト 	ごはん もずくのかきあげ みそ汁 和風和え フルーツ 	ごはん タンドリーチキン ぜんまい煮 ゆで野菜のサラダ 
16(火)	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 鯖の味噌煮 かきたま汁 青菜の辛し和え フルーツ 	ごはん コンソメ煮 鶏レバー煮 三色和え 
17(水)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鶏肉のきじ焼き 田舎汁 トマトときゅうりのサラダ フルーツ 	ごはん 宝袋 じゃが芋の金平 五色和え 
18(木)	ごはん みそ汁 大根とひき肉の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 白身魚の南蛮漬け 味噌汁 豆腐チャンプル フルーツ 	ごはん 玉子焼き 五目金平 小松菜のポン酢和え 
19(金)	ごはん みそ汁 キャベツとソーセージの煮込み ふりかけ 牛乳 	ナポリタンスパゲティ (代替食: チキンソテー) 野菜スープ 野菜のピクルス デザートムース 	ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーグラタン スパゲティサラダ 
20(土)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め ふりかけ 牛乳 	梅菜飯 味噌田楽 すまし汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん ジャガイモのそぼろ煮 カニ豆腐 ししゃもの南蛮漬け 