

予定献立表

令和 7年 6月 1日 ~ 令和 7年 6月 10日

日	朝食	昼食	夕食
1(日)	ごはん みそ汁 野菜の土佐煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鮭の青じそ焼き 田舎汁 青菜とコーンの和え物 フルーツ 	ごはん 八宝菜 蒸しシューマイ ビーフンサラダ 
2(月)	ごはん みそ汁 青菜のさっと煮 佃煮 ブルーベリーヨーグルト 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 豆乳汁 ツナサラダ フルーツ 	ごはん 親子煮 鶏レバー煮 三色和え 
3(火)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ 牛乳 	塩ラーメン(代替え食 青椒肉絲) さつま芋の甘煮 蒸鶏サラダ 杏仁豆腐 	ごはん 団子揚げ 人参しりしり ポテトサラダ 
4(水)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	エビピラフ (代替え食 白身魚のピカタ) ポトフスープ 野菜の盛り合わせサラダ デザートムース 	ごはん 肉豆腐 煮なます 焼きなす 
5(木)	ごはん みそ汁 麩のすき煮 ふりかけ 乳酸菌飲料 	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 玉子スープ 海藻サラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け 炒り豆腐 青菜のポン酢和え 
6(金)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 鯖の中華蒸し キャベツの中華スープ 切り干し大根の中華和え フルーツ 	ごはん 鶏の塩麴漬け 生揚げの煮物 じゃが芋のマヨ風味和え 
7(土)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー 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 タンドリーチキン ぜんまい煮 ゆで野菜のサラダ 
8(日)	ごはん みそ汁 卵とえびの塩炒め 佃煮 牛乳 	ごはん マスの白ワイン蒸し 季節のみそ汁 五色和え フルーツ 	ごはん 肉じゃが 空也蒸し 青菜のなめたけ和え 
9(月)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 佃煮 コア・コア 	いなり寿司(代替え食 卵焼き) すまし汁 冬瓜のくず煮 イチゴプリン 	ごはん ロールキャベツ 糸切昆布煮つけ カリフラワーの甘酢和え 
10(火)	ごはん みそ汁 金平風 佃煮 牛乳 	ごはん 鶏の彩りピカタ 野菜スープ トマトサラダ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 金時豆煮 もずく酢 