

予 定 献 立 表

あすなろ（多機能・生活介護）

	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)
昼食	赤飯 鶏の治部煮 竹輪の磯辺揚げ 白菜のおかか和え すまし汁 乳酸菌飲料	きつねうどん 茄子田楽 菊菜の和え物 フルーツ盛り合わせ	ごはん 肉じゃが 大根葉とじゃこの胡麻炒め カリフラワーの青じそサラダ みそ汁 ヨーグルト	豆乳坦々うどん 出し巻き玉子 キャベツのしば漬け和え ゼリー フルーツ	ごはん エビマヨ 枝豆の中華風玉子とじ チンゲン菜の中華和え 中華スープ ゼリー	みぞれうどん がんもの煮物 白菜の柚子和え フルーツ盛り合わせ	ごはん 豚の生姜炒め 南瓜のあんかけ 菜の花の土佐和え みそ汁 プリン
カロリー	589Kcal	514Kcal	600Kcal	613Kcal	675Kcal	499Kcal	682Kcal
	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)
昼食	ごはん 千草玉子 ごもくにまめ 五目煮豆 胡瓜とわかめの酢の物 みそ汁 ゼリー	ハヤシライス シーザーサラダ 福神漬け いちごヨーグルト フルーツ	肉うどん 茄子の煮浸し ひじきサラダ フルーツ盛り合わせ	行事食 入梅 みょうがの散らし寿司 とうがんすいしように 冬瓜の水晶煮 大根の梅和え 赤だし 抹茶ようかん	ナポリタン レモン風味サラダ コンソメスープ ゼリー フルーツ	ごはん 回鍋肉 チンゲン菜のナムル 中華スープ フルーツ盛り合わせ	ごはん 鶏のラタトゥイユ風炒め 南瓜サラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ
カロリー	673Kcal	676Kcal	614Kcal	548Kcal	588Kcal	575Kcal	570Kcal
	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)
昼食	ごはん 鯖のみそ煮 小松菜の炒め煮 豆腐サラダ すまし汁 ヨーグルト	行事食 父の日 豚とろろうどん あんかけ玉子豆腐 胡瓜のさっぱり生姜和え ゼリー フルーツ	ごはん 筑前煮 ピーマンのじゃこ炒め みそ汁 フルーツ盛り合わせ	ごはん 八宝菜 チヂミ もやしの中華和え 中華スープ フルーチェ	ごはん チーズハンバーグ ジャーマンポテト サウザンサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	行事食 夏至 豚と茄子のみそ炒めうどん 初夏の煮物 胡瓜とわかめの梅和え フルーツ盛り合わせ	ごはん 肉団子の甘辛煮 ごもくにまめ 五目煮豆 からし菜のお浸し みそ汁 ゼリー
カロリー	595Kcal	638Kcal	511Kcal	563Kcal	639Kcal	637Kcal	591Kcal
	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)
昼食	ごはん 白身魚の和風マリネ ひじき煮 さつまいものおかかマヨ和え すまし汁 フルーチェ	散らし寿司 がんもの煮物 小松菜のわさび醤油和え 赤だし ヨーグルト	塩ラーメン 蒸し餃子 ほうれん草のナムル フルーツ盛り合わせ	ごはん 海鮮野菜炒め 大根のそぼろ煮 豆サラダ みそ汁 乳酸菌飲料	ご当地食～香川県～ しっぽくうどん たくあんの金平 わけぎ和え フルーツ盛り合わせ	キーマカレー 野菜サラダ 福神漬け ブルーベリーヨーグルト フルーツ	ごはん ほうれん草のキッシュ風 さつまいものレモン煮 大根サラダ みそ汁 ゼリー
カロリー	630Kcal	502Kcal	625Kcal	608Kcal	564Kcal	598Kcal	638Kcal
	6月29日(日)	6月30日(月)					
昼食	ごはん アジフライ・エビフライ 厚揚げ煮 ほうれん草の和え物 すまし汁 フルーツ	かけうどん かき揚げ & ちくわ天 菜の花のお浸し ゼリー フルーツ					
カロリー	631Kcal	453Kcal					

* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください