

予定献立表

あすなろ(多機能・生活)

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	
昼食	赤飯 白身魚の塩麹焼き 茄子田楽 菊菜の和え物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 筑前煮 しゅうまい カリフラワーの青じそサラダ みそ汁 乳酸菌飲料	豆乳坦々うどん だし巻き玉子 キャベツのしば漬け和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 エビマヨ 枝豆とカニの中華風玉子とじ 青梗菜の中華和え 中華スープ ゼリー	にゅうめん がんもの煮物 白菜の柚子和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜のあんかけ 菜の花の土佐和え みそ汁 ゼリー	
カロリー	639kcal	594kcal	593kcal	709kcal	392kcal	658kcal	
	6月7日(日)	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	
昼食	雑炊 肉じゃが 大根の酢の物 みそ汁 ゼリー フルーツ	ハヤシライス コールスローサラダ 福神漬け ブルーベリーヨーグルト フルーツ	肉うどん 厚揚げと茄子の煮物 ひじきサラダ フルーツ盛り合わせ	行事食～梅の日～ 梅菜飯 鶏の照焼おろしポン酢かけ 冬瓜の水晶煮 夏野菜のコロコロレモンサラダ みそ汁 乳酸菌飲料	カルボナーラ ミモザサラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	ご飯 回鍋肉 青梗菜のナムル 中華スープ フルーツ盛り合わせ	ちらし寿司 がんもの煮物 小松菜のわさび醤油和え 赤だし フルーチェ
カロリー	581kcal	658kcal	539kcal	583kcal	642kcal	562kcal	
	6月14日(日)	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	
昼食	ご飯 さごしのみそ煮 青菜の炒め煮 豆腐サラダ かきたま汁 ゼリー	みぞれうどん 金平ごぼう 胡瓜のさっぱり生姜和え ゼリー フルーツ	ご飯 鶏の治部煮 たらこビーフン炒め みそ汁 フルーツ盛り合わせ	焼きそば ほうれん草の炒め煮 揚げ茄子のお浸し みそ汁 プリン	ご飯 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 ヨーグルト	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	ご飯 肉団子の甘辛煮 五目煮豆 からし菜のお浸し みそ汁 乳酸菌飲料
カロリー	576kcal	502kcal	562kcal	678kcal	618kcal	635kcal	
	6月21日(日)	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	
昼食	ご飯 赤魚の煮付け うまい菜と平天の煮浸し さつまいものおかかマヨ和え すまし汁 フルーチェ	行事食～父の日～ 照焼チキンのちらし寿司 南瓜のそぼろ煮 赤だし フルーツ盛り合わせ	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	ご飯 八宝菜 小籠包 豆入りサラダ 中華スープ 乳酸菌飲料	豚汁うどん 厚揚げの煮物 白菜の梅肉和え 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	ご飯 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	532kcal	696kcal	553kcal	602kcal	541kcal	686kcal	
	6月28日(日)	6月29日(月)	6月30日(火)				
昼食	ご飯 アジフライ・エビフライ がんもの煮物 しろなのカニ和え すまし汁 ヨーグルト	鶏と野菜の生姜うどん だし巻き玉子 菜の花のお浸し フルーツ盛り合わせ	行事食～山形県～ 芋煮 だしかけ豆腐 みそ汁 さくらんぼゼリー フルーツ				
カロリー	648kcal	504kcal	583kcal				

* 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

