

令和4年 6月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3	4
朝食				バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ピザトースト・ ゆで卵・ソーセージ・ サラダ・かぼちゃのスープ
夕食				ハンバーグ・ 魚のトマト煮・野菜サラダ・ 野菜のコンソメ煮・ ご飯・スープ	豚の角煮・カツオのたたき・ 煮玉子・厚揚げのあんかけ・ 野菜サラダ・ご飯・味噌汁	カルボナーラ・ ペペロンチーノ・ フライドポテト・ ほうれん草のソテー・スープ	炒飯・餃子・ 大根とがんもの煮物・ エビチリ・中華スープ
日	5	6	7	8	9	10	11
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ベーコンエッグバーガー・ アスパラのチーズ焼き・ 野菜スープ・ゼリー	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	チーズトースト・ ジャーマンポテト・ 目玉焼き・サラダ・ コンソメスープ
夕食		シーフードグラタン・ ブロッコリーの ガーリック炒め・ きのこのマリネ・野菜スープ	ポークソテー(キャベツ添え)・ 魚の照り焼き・ 野菜サラダ・ ご飯・スープ	鶏天・魚天のおろしポン酢 (キャベツ添え)・ 高野豆腐の煮物・野菜炒め・ 具たくさん味噌汁	豚丼・焼魚・ ジャガイモの煮っ転がし・ 野菜サラダ・味噌汁	エビフライ・ ロールキャベツ・ コールスローサラダ・ ご飯・スープ	海鮮塩焼きそば・ 野菜のナムル・焼売・ 青菜炒め・スープ
日	12	13	14	15	16	17	18
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ホットドッグ・ オムレツ・サラダ・ コンソメスープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	トースト・スクランブルエッグ・ ブロッコリーと玉ねぎのグリル・ ソーセージ・トマトスープ
夕食		海鮮と野菜の塩炒め・ マーボー豆腐・ 野菜の煮浸し・ ご飯・味噌汁	魚と豚の野菜あんかけ・ にら玉・かぼちゃの煮付け・ ご飯・味噌汁	和風スパゲッティ・ 海鮮クリームスパゲッティ・ 野菜サラダ・オムレツ・ コンソメスープ	ハヤシライス・ 白身魚のムニエル(カレー風味)・ 野菜サラダ・かぼちゃのコロッケ・ スープ	魚のみそ煮・鶏のから揚げ・ 野菜サラダ・オニオンフライ・ ご飯・豚汁	ほっけのちゃんちゃん焼き・ 春雨サラダ・味噌汁・ フルーツポンチ
日	19	20	21	22	23	24	25
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ハムエッグバーガー・ サラダ・ソーセージ・ コーンスープ・ヨーグルト	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	BLTサンドイッチ・ サラダ・オムレツ・ オニオンスープ
夕食		和風おろしハンバーグ・ 野菜サラダ・魚の照り焼き・ ご飯・味噌汁	回鍋肉・魚の甘酢あんかけ・ マカロニサラダ・ ナスの揚げ浸し・ ご飯・味噌汁	鶏の南蛮揚げ(キャベツ添え)・ 魚の香草焼き・ ナスとピーマンと厚揚げの 炒め物・ご飯・味噌汁	タコライス・魚のホイル焼き・ ジャーマンポテト・ クリームスープ・果物	魚の味噌漬け・肉豆腐・ 野菜炒め・スパサラ・ ご飯・味噌汁	冷やし中華・ いなり寿司・ ほっけフライ(キャベツ添え)・ ワンタンスープ
日	26	27	28	29	30	.	.
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ハンバーガー・ コールスローサラダ・ 目玉焼き・野菜スープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁		
夕食		きのこカレー・魚のフリット・ ベーコンとアスパラ炒め物・ コーンクリームコロッケ・ 野菜サラダ・スープ	魚の塩焼き・豚しゃぶサラダ・ 煮物・厚焼き玉子・ ご飯・味噌汁	ビビンバ丼・ さつま芋の天ぷら・チヂミ・ わかめスープ	魚と大根の煮物・コロッケ・ きんぴらごぼう・ 野菜のお浸し・ 炊き込みご飯・味噌汁		