



6月食メニュー

日	曜日	食 事	おやつ
1	月	ぶりの香味焼き、鶏ちゃん、チンゲン菜と油揚げの塩ポン和え、すまし汁 	黒胡麻饅頭
2	火	シロガネダラのソテー、れんこんと油揚げの煮物、ブロッコリーのスローサラダ、味噌汁	いちごロール
3	水	鶏肉のマリネソース焼き、大豆と豚肉のカレー炒め、ほうれん草とちくわの麦味噌和え、味噌汁	鯛饅頭
4	木	醤油ラーメン 、かにシューマイ、ポテトサラダ 	牛乳ケーキ
5	金	鶏肉のマスタード焼き、卵の花、ブロッコリーのごまドレサラダ、コンソメスープ	白ロール
6	土	ホキの香草パン粉焼き、金平ごぼう、白菜と油揚げの豆乳和え、味噌汁 	ゆず饅頭
7	日	☆お休み☆ 	
8	月	かれいのグリル、ベーコンと枝豆の塩バターソテー、味噌汁、マンゴー缶	シェルケーキ
9	火	チキンカレー 、玉ねぎとツナのミニオムレツ、ほうれん草と平天の白ごま和え	あんずケーキ
10	水	あじさい寿司 、れんこんとちくわの金平、いんげんのスローサラダ、味噌汁	小豆水ようかん
11	木	あじの山椒煮、しろなと鶏肉の炒め物、キャベツと平天の香味ドレサラダ、味噌汁	たい焼きクリーム
12	金	きつねうどん 、ひじきと豚肉の炒め煮、カリフラワーのマヨサラダ	かぼちゃ饅頭
13	土	さばの照り焼き、大根と鶏肉の炒め物、玉子豆腐、味噌汁 	チョコワッフル
14	日	☆お休み☆ 	
15	月	木の葉丼 、じゃがいもと豚肉の煮物、ほうれん草のバンバンドレサラダ、味噌汁	もみじ饅頭
16	火	豚肉とキャベツの野菜炒め、肉シューマイ、いんげんとパプリカのスローサラダ、赤だし	長崎カステラ
17	水	炊き込みご飯 、ホッケの塩麹焼き、大豆と小えびの煮物、ポテトサラダ、味噌汁	紫いも饅頭
18	木	ハンバーグ、ひじきと油揚げの煮物、うまい菜とツナのごまドレサラダ、味噌汁	レモンケーキ
19	金	えびマカロニグラタンフライ、切干大根の煮物、ブロッコリーのたらこマヨサラダ、味噌汁	ケーキ
20	土	鶏南蛮そば 、ごぼうと豚肉の炒り煮、大根とツナの香味ドレサラダ 	チョコカステラ
21	日	☆お休み☆ 	
22	月	蒸し鶏、大根と豚肉の煮物、チンゲン菜とえのきの和え物、味噌汁 	抹茶水ようかん
23	火	サケフレーク丼 、キャベツと豚肉の炒め煮、味噌汁、フルーツ 	おやつ作り
24	水	豚肉とニラのオイスター炒め、カニつみれの煮物、キャベツの和風ドレサラダ、味噌汁	おやつ作り
25	木	ホキのソテー、大根と豚肉のとろみ炒め、カリフラワーといんげんのマヨサラダ、味噌汁	黒糖ケーキ
26	金	キーマカレー 、玉ねぎとツナのマリネ、すいかゼリー 	トラロール
27	土	白身魚の山椒煮、キャベツと豚肉の炒め物、ねぎとあさりの酢味噌和え、すまし汁	いちごムース
28	日	☆お休み☆ 	
29	月	ちらし寿司 、豚肉と絹揚げの炒め煮、キャベツとちくわの和え物、味噌汁	葛ごり黒みつ
30	火	合鴨スモークスライス、キャベツと平天の煮浸し、おくらのとろろ和え、味噌汁	バームクーヘン

都合により変更する場合があります

わかうら園デイサービスセンター