

6月 月間予定献立表

〈6月の旬の食材〉

トマト・ピーマン・オクラ・いんげん・
枝豆・きゅうり・梅・しそ・生姜・など

むしむしと湿度の高い季節に近づいてきました。
夏になると食欲不振から夏バテになることも多いと思います。
夏の旬の食材には夏バテを防ぐ働きがあるので積極的に
食べるようにしましょう！



				1(木)	2(金)	3(土)
					大蒲刈クエストメニュー	
				ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 小松菜の煮浸し 柚子なます	酢味噌そうめん ゆかりごはん 枝豆とコーンのつまみ揚げ 筍の煮物	さくらごはん 味噌汁 赤魚の塩麹焼き ピーマンの生姜炒め 黄桃缶
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
						ハヤシライス献立
お休み	ごはん 味噌汁 はんぺんチーズフライ 卯の花 オクラと鶏肉のだし醤油和え	ごはん 味噌汁 焼き鯖の香味だれ かぶの炒め煮 みかん缶	チャーハン 中華スープ えびしゅうまい 春雨サラダ	ごはん 味噌汁 鮭のムニエル オーロラスース 茄子の煮物 ほうれん草の和え物	ごはん すまし汁 鶏の香り味噌焼き 白菜の煮浸し マカロニサラダ	ハヤシライス ハムサラダ フルーツポンチ
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	入梅の日献立			パン・ごはん選択献立		
お休み	梅しそごはん 味噌汁 鱈のバター醤油焼き 筍の炒め物 小松菜おほか和え	三色丼 すまし汁 冬瓜かにかんかけ ひじきサラダ	ごはん かきたま汁 鯖の味噌煮 きのこ炒め いんげんの胡麻和え	パン・ごはん選択 コーンスープ ハンバーグ(デミグラスソース) コールスロー 梅ゼリー	ごはん 味噌汁 鱈のから揚げ野菜あん 根菜煮 玉ねぎとワカメのさっぱり和え	ごはん 味噌汁 豚てき風 切干大根煮 ほうれん草の和え物
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
		カレー献立				誕生日会献立
お休み	ごはん すまし汁 赤魚の西京焼き 炒り豆腐 胡瓜の酢の物	ポークカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁 カレイの竜田揚げ和風あんかけ れんこん甘辛炒め キャベツのしそ風味和え	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 パンパンジー風サラダ マンゴープリン	チキンピラフ コンソメスープ カニカマサラダ 夏みかん缶	赤飯 味噌汁(赤だし) えびフライ 茶碗蒸し ポテトサラダ
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
お休み	ごはん 中華スープ かに玉 シュウマイ トマトのドレッシング和え	ごはん 味噌汁 鱈の醤油麹焼き ひじき煮 オクラのとろろ和え	枝豆ごはん 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース さつま芋の甘煮 ワカメとしらすの和え物	ごはん 味噌汁 白身魚のフライ 卯の花 胡瓜のサラダ	ごはん 中華スープ ホイコーロー ナムル 杏仁豆腐	

先月のおやつ (5月は以下のおやつをお召し上がりいただきました)

日	月	火	水	木	金	土
	1 ヤタロー セレクトおやつ	2 セブンイレブン ワッフル	3 ヤタロー キャラメルプリン	4 ヤタロー 行事用和菓子(餅鯉)	5 ヤタロー 行事用和菓子(柏餅風生和菓子)	6 ヤタロー メープルマフィン
	8 ヤタロー じっくり饅頭 葛饅頭	9 ヤタロー ロールケーキ	10 ヤタロー 和玉	11 ヤタロー 赤ぶどうゼリー	12 ヤタロー クリームコンフェ	13 ヤタロー 行事用和菓子(赤のカーネーション)
	15 ヤタロー だら焼き	16 ヤタロー ココアプリン	17 セブンイレブン シュークリーム	18 バターケーキ	19 ヤタロー じっくりブチケーキ	20 ヤタロー マドレーヌ
	22 ヤタロー いちごのムースケーキ	23 ヤタロー 桃山	24 ヤタロー クリームプッセ	25 ヤタロー 栗カステラ饅頭	26 ヤタロー シルクココタ	27 ヤタロー 生チョコケーキ
	29 ヤタロー こしあんおはぎ	30 ヤタロー パウンドケーキ	31 ヤタロー じっくりやわらか大福			

一部施設により異なる場合がございますので、ご了承ください