

令和3年 6月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	<u>1日</u> ご 飯 はんぺんフライ 大根のそぼろ煮 生姜和え コンソメスープ	2日 ご 飯 鯖の生姜煮 キャベツの香味炒め おろし酢和え 味噌汁	3日 ご 飯 しんじょ蒸し 五目金平 漬 け 物 鶏塩うどん	4日 散らし寿司 玉ねぎのふろふき ツナマヨ和え フルーツ おぼろ汁	5日 ご 飯 カツとし煮 野菜のスープ煮 磯辺和え 味噌汁
	<u>7日</u> ご 飯 魚の粕漬焼き 里芋のきのこ煮 玉ねぎサラダ 味噌汁	<u>8日</u> 深川飯 茄子の南蛮酢漬け お 浸 し フルーツ 茶わん蒸し	<u>9日</u> ご 飯 鶏肉の梅しそ揚げ 切干大根の中華煮 酢味噌和え 澄まし汁	<u>10日</u> ご 飯 サバの甘辛煮 煮 浸 し わさびマヨ和え 味噌汁	<u>11日</u> ご 飯 のっぺい風煮 肉味噌和え フルーツ キツネうどん
<u>14日</u> 梅じゃこご飯 玉子の巾着煮 大根と豚肉の旨煮 なめ茸和え 味噌汁	<u>15日</u> ご 飯 鶏肉の味噌煮 ピーマンソテー 生姜酢和え けんちん汁	<u>16日</u> ご 飯 お好み風オムレツ 南瓜のミルク煮 中華和え 味噌汁	<u>17日</u> かき揚げ丼 高野豆腐の含め煮 しそ風味和え 浅 漬 け かき玉汁	<u>18日</u> ご 飯 豚肉のネギ塩炒め ひじきとツナの炒め煮 酢 の 物 味噌汁	<u>19日</u> ご 飯 キスの天ぷら じゃが芋のごま風味煮 豆腐サラダ 味噌汁
<u>21日</u> ご 飯 ホイコーロー 大豆と鶏肉の煮物 大根なます 餃子スープ	<u>22日</u> ご 飯 明太コロッケ 玉ねぎと鯖の煮物 ごま辛子和え 味噌汁	<u>23日</u> ご 飯 魚の若草焼き ごぼうのおかか煮 ナ ム ル 味噌汁	<u>24日</u> ご 飯 冷 や 奴 冬瓜と海老のトロミ煮 フルーツ 中華そば	<u>25日</u> ハヤシライス ポテトグラタン フルーツサラダ 野菜スープ	<u>26日</u> ご 飯 おろしハンバーグ いんげんの当座煮 胡麻和え 味噌汁
<u>28日</u> ご 飯 キスの天ぷら じゃが芋のごま風味煮 豆腐サラダ 味噌汁	<u>29日</u> ご 飯 お好み風オムレツ 南瓜のミルク煮 中華和え 味噌汁	<u>30日</u> 夏越ごはん 高野豆腐の含め煮 しそ風味和え ゼ リ ー かき玉汁			

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります