

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 6月

[老健いぶき]

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
朝食		ご飯 味噌汁 炒り豆腐 カリフラワーサラダ 梅干し	ご飯 味噌汁 青菜と卵の炒め物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 和風ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 信田煮 切干大根の甘酢和え 煮豆	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 菜の花サラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ ポパイサラダ 漬物
朝間食		牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		ご飯 味噌汁 鶏肉の照焼き 中華サラダ 黄桃缶	ご飯 清汁 豚こまと茄子の味噌炒め シルバーサラダ キウイフルーツ	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 白身魚フライ ツナサラダ りんご缶	菜飯 味噌汁 鮭の塩焼き 辛子マヨ和え みかん缶	ご飯 味噌汁 チキン南蛮 ポテトサラダ 白桃缶	ポークカレー マカロニサラダ 福神漬 クラッシュゼリー(ビタミン強化)
昼間食		パウムクーヘン2種	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	ドームケーキ(チョコ)	カスタードプリン	抹茶ロールケーキ	苺クレープ
夕食		ご飯 味噌汁 豚肉のオニオンソテー じゃが芋の高菜炒め 即席漬け	ご飯 味噌汁 鯰の漬け焼き ほうれん草とハムの油炒め もずく酢和え	ご飯 味噌汁 炒り鶏 さつま芋のいとこ煮 白菜のあけぼの和え	ご飯 味噌汁 かに風味玉子焼き 冬瓜の煮物 おくら和え物	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグの鶏あんかけ ピーマン金平 なめ茸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り蒸し いんげんのオイスター炒め 青菜のわさび和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 6月

[老健いぶき]

	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ソーセージとキャベツのソテー チンゲン菜のドレ和え 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 チーズサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 野菜ソテー 磯香和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 えびボールの中華炒め 菜の花の辛子和え たいみそ	ご飯 味噌汁 ほうれん草オムレツ 三色和え 漬物	ご飯 味噌汁 豆腐とひき肉の包み焼き 小松菜の煮浸し ふりかけ	ご飯 味噌汁 カニ風味玉子焼 納豆 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 麻婆豆腐 焼売 パイン缶	肉うどん 鰻メンチ 大根と蒲鉾の和え物	～デイ弁当～ ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 白菜のゆず浸し フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 ハンバーグ タマゴサラダ 杏仁豆腐	炊き込みご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐 青菜とツナの和え物 ブルーチェ	ご飯 中華スープ 八宝菜 搾菜の和え物 パイン缶	ご飯 味噌汁 鶏とじゃが芋の煮物 白和え 黄桃缶
昼間食	褥瘡予防デザート (レアチーズ)	ミニチョコパン	抹茶ミルクプリン あんこ添え	カステラ	やわらかおかき(砂糖醤油)	マンゴープリン	ロールケーキ
夕食	ご飯 清汁 いかフライ 茄子田楽 グリーンサラダ	ご飯 味噌汁 魚のチーズ焼き 冬瓜のとりみ煮 キャベツのごま酢和え	ご飯 味噌汁 肉団子と野菜の煮込み ビーフンソテー オクラの塩昆布和え	ご飯 清汁 鰯の味噌煮 白滝の明太炒り 土佐醤油和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き もやしのお浸し 海苔塩ポテト	ご飯 味噌汁 ぶりの照焼き 蓮根の煮物 カリフラワーのピーナッツ和え	ご飯 コンソメスープ 南瓜コロッケ 冬瓜のそぼろ炒め コーンサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 6月

[老健いぶき]

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝食	ご飯 味噌汁 玉子ロール 白菜のマヨ和え 煮豆	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 菜の花ソテー ふりかけ	ご飯 味噌汁 いりどり団子 ブロッコリーのごまドレ和え 漬物	ご飯 味噌汁 オムレツ コールスローサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 にんじん信田煮 和風和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 キャベツの土佐和え 漬物	ご飯 味噌汁 千草卵焼き 小松菜の和え物 ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	～デイ弁当～ ご飯 味噌汁 メバルの梅煮 卵の花 みかん缶	ご飯 味噌汁 中華風玉子焼き レンコンの辛子マヨ和え パイン缶	ハヤシライス チキンナゲット 彩りチーズサラダ クラッシュセリー(ビタミン強化) パイン缶	ご飯 味噌汁 鶏肉の旨煮 白菜の中華和え 白桃缶	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ はんぺんチーズフライ スパゲティサラダ フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 魚のクリームソース 白菜のお浸し 洋梨缶	～父の日メニュー～ 塩糍豚丼 中華スープ 春菊のナムル 杏仁豆腐
昼間食	イチゴスペシャル	褥瘡予防デザート (コーヒー)	りんご入りきんとん (手作り)	アイスクリーム	～あったかおやつ～ 桃まんじゅう	パニラムース	シュークリーム
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉の葱焼き 里芋の利休煮 アスパラサラダ	ご飯 味噌汁 豆腐のかにかまあなかけ ごぼうの煮物 ほうれん草の生姜和え	ご飯 味噌汁 いわしの生姜煮 青菜とソーセージのソテー 海藻サラダ	ご飯 味噌汁 肉豆腐 焼売 春雨サラダ	ご飯 清汁 鶏肉のソテー(おろしソース) 南瓜の甘煮 菜の花としらすの和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り蒸し 茄子の揚げ浸し 三色サラダ	ご飯 味噌汁 筑前煮 カニ入り焼売 信田和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 6月

[老健いぶき]

	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
朝食	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール いんげんの酢醤油和え 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 チンゲン菜の海苔和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり 胡麻ドレサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 鶏つくね 納豆 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ 青菜の煮浸し ふりかけ	ご飯 味噌汁 がんもの含め煮 みそマヨサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 菜の花のじゃこ和え たいみそ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	わかめご飯 味噌汁 豆腐バーグの野菜あん 青菜の黒ゴマ和え フルーツカクテル	～デイ弁当～ ご飯 ミルクスープ 鶏のトマトソース フレンチサラダ みかん缶	ご飯 中華スープ スタミナ焼 明太マヨ和え ブルーチェ	味噌ラーメン 玉子のきのこあんかけ 餃子	～食べるスープの日～ ご飯 枝豆の冷製スープ 鶏の唐揚げ ポテトサラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 肉団子のトマ味噌炒め いんげんサラダ オレンジ	ご飯 コンソメスープ 鶏肉の甘辛焼 大根のしその実和え フルーツカクテル
昼間食	アップルパイ	コーヒーゼリー	抹茶ケーキ	褥瘡予防デザート (黒糖)	ロールケーキ	フロマージュ	パターラ(コーヒー)
夕食	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き ぜんまい煮 かにかまサラダ	ご飯 味噌汁 肉じゃがコロッケ さつま揚げの炒め煮 もやしの和え物	ご飯 味噌汁 生揚げと茄子の味噌炒め 車麩の煮物 カリフラワーのおかか和え	ご飯 わかめスープ 赤魚の煮付け 冷し鉢 白菜のわさびマヨ和え	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 根菜の煮物 冷奴	ご飯 味噌汁 鱈の漬け焼き レバー炒め チンゲン菜の桜和え	ご飯 味噌汁 豚肉のチンジャオロース 枝豆ふんわり蒸し ブロッコリーサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 6月

[老健いぶき]

	28(月)	29(火)	30(水)				
朝食	ご飯 味噌汁 さつま揚げと里芋の煮物 カリフラワーの梅和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め なめ茸和え 梅干し	ご飯 味噌汁 チーズオムレツ かにかまサラダ ふりかけ				
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳				
昼食	～初夏のメニュー～ とうもろこしごはん 味噌汁 おろしトンカツ 山芋の海苔和え 夏みかん缶	チキンカレー パンプキンサラダ 福神漬 クラッシュセリ(ビタミン強化)	ご飯 味噌汁 豚肉の甘酢炒め 豆腐サラダ 黄桃缶				
昼間食	豆腐花(ドウフホア)	～あったかおやつ～ 今川焼(カスタード)	やわらかおかき(きな粉)				
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉の葱ソースかけ 切干大根煮 甘酢漬け	ご飯 味噌汁 豆腐の五目あんかけ 切り昆布煮 菜の花の錦糸和え	ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ 大根の煮物 白菜の磯和え				

*都合により献立を変更することがあります。