

2023年 6月

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

			1(木)	2(金)	3(土)	4(日)
朝食			ご飯 じゃが芋スープ ウイナーソテー マカロニサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 鶏つくね ポパイサラダ 煮豆	ご飯 味噌汁 厚揚げの和風煮 もやしの磯香和え 漬物	ご飯 味噌汁 いろどり団子の煮物 白菜の海苔和え 漬物
朝間食			牛乳	牛乳	牛乳	ショア
昼食			ご飯 味噌汁 メンチカツ 切干大根の和風和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き わかめとオクラの酢の物 フルーツカクテル缶	ご飯 清汁 鶏肉の山椒焼き 五目味噌炒め パイン缶	ご飯 清汁 鯖の生姜味噌焼き かぶのそぼろあん 黄桃缶
昼間食			ヨーグルトケーキ	宇治抹茶ロールケーキ	褥瘡予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(栗)	ロールケーキ
夕食			ご飯 味噌汁 かに風味の玉子とじ 冬瓜の炒め物 和風じゃが芋サラダ	ご飯 味噌汁 筑前煮 茄子の煮浸し 大根ハムサラダ	ご飯 味噌汁 イカフライ 大豆の洋風煮 ブロッコリーとチーズのサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉と里芋の利休煮 チンゲン菜とツナの炒め 冷奴

*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

2023年 6月

[老健いぶき]

	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
朝食	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め物 ほうれん草の土佐和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 鶏と野菜の炒め物 カリフラワーのおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 塩昆布和え たいみそ	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール 大根のごまドレサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 車麩の煮物 ポテトサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 えび団子の煮物 春菊のささみ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ツナじゃが いんげんのごま和え たいみそ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 コンソメスープ チーズハンバーグ 菜の花とかにかまのサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め さつま芋の甘煮 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	五目タンメン 春巻 チンゲン菜のナムル	ハヤシライス 豆腐ナゲット コールスローサラダ フルーチェ	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ えびミックスフライ 菜の花とさつま揚げのお浸し パイン缶	～梅雨に負けないメニュー～ ご飯 中華スープ ピリ辛味噌豚焼肉風 茄子の南蛮漬け 梅ゼリー	ご飯 味噌汁 豆腐ステーキ・おろしソース 筍と竹輪の炒め煮 白桃缶
昼間食	カスタードプリン	紅葉まんじゅう	アップルパイ	ピーナッツパン	コーヒーゼリー	黒糖蒸しパン	和のパンケーキ・黒蜜きな粉
夕食	ご飯 味噌汁 鱈の野菜蒸し ひじき煮 おくらの酢醤油和え	ご飯 味噌汁 豆腐の柳川風 竹輪の炒り煮 いんげんのごましそ和え	ご飯 清汁 メバルの野菜あんかけ じゃが芋の肉味噌煮 ほうれん草の和え物	ご飯 清汁 赤魚の味噌粕漬け焼き 切り昆布の煮物 カリフラワーのあけほの和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の香味焼き ブロッコリーのとろみ煮 オニオンサラダ	ご飯 味噌汁 鱈の照焼き わかめの当座煮 白菜の塩糍漬け	ご飯 清汁 鶏ときくらげの玉子炒め 冬瓜のふろふき 小松菜のじゃこサラダ

*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

2023年 6月

[老健いぶき]

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
朝食	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり カリフラワーの甘酢漬け 煮豆	ご飯 味噌汁 千草卵焼き 菜の花の海苔和え 漬物	ご飯 味噌汁 高野豆腐煮 小松菜の柚子和え 漬物	ご飯 味噌汁 コンソメ煮 ブロッコリーのサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 竹輪と冬瓜の煮物 白菜の磯和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 菜の花の桜和え 納豆	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 オクラのなめ茸和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 焼肉炒め 里芋の煮ころがし フルーツカクテル缶	ご飯 清汁 豆腐ハンバーグ(かに風味あん) ごぼうの味噌マヨ和え バナナ	ポークカレー チーズサラダ 福神漬 みかん缶	ご飯 味噌汁 ホキの磯辺揚げ ほうれん草と蒲鉾の和え物 パイ缶	ゆかりご飯 けんちん汁 厚揚げの味噌炒め 小松菜とハムサラダ クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 炒り鶏 枝豆ふんわり蒲鉾 洋梨缶	～父の日メニュー～ ビビンバ 春雨スープ えび焼売 杏仁フルーツ
昼間食	カステラ	～あったかおやつ～ たこ焼き	ホットケーキ	褥瘡予防デザート (ピーチ)	やわらかおかき(砂糖醤油)	マンゴープリン	パウムクーヘン
夕食	ご飯 中華スープ たらのチリソースかけ 焼売 春雨サラダ	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 鶏肉のハニーマスタード じゃが芋のコンソメ煮 アスパラサラダ	ご飯 味噌汁 鰯の梅煮 ピーマン和風炒め もやしのごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 卵の花 ひじきの彩りサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚の漬け焼き 茄子の含め煮 大根の甘酢和え	ご飯 オニオンスープ 牛肉コロッケ チンゲン菜のソテー マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 鶏のみぞれ煮 茄子の炒め物 菜の花の辛子和え



*都合により献立を変更することがあります。



2023年 6月

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
朝食	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し たいみそ	ご飯 味噌汁 信田煮 もやしの中華和え 煮豆	ご飯 じゃが芋スープ ソーセージソテー チンゲン菜のごまドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ 菜の花とコーンサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 肉野菜の炒め 笹かまぼこ 漬物	ご飯 味噌汁 つみれ煮 小松菜のお浸し 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 いんげんのピーナツ和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	～食べるスープの日～ ご飯 枝豆のミルクスープ 鯖のパン粉焼き カリフラワーサラダ りんご缶	ご飯 味噌汁 鶏とパプリカのカレー炒め 金平ごぼう 黄桃缶	～初夏(夏至)のメニュー～ 枝豆ごはん 味噌汁 おろしトンカツ 菜の花のレモン和え 甘夏缶	ミートソース コンソメスープ たっぷりグリーンサラダ フルーチェ	ご飯 葱スープ 酢豚 ほうれん草のナムル みかん缶	ご飯 味噌汁 鶏のさっぱり煮 ごぼうサラダ クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 ホキの南蛮漬け れんこんの甘辛炒め 黄桃缶
昼間食	ガナッシュケーキ	いちごカステラ	褥瘡予防デザート (チョコ)	コーヒークリームサンド	ダブルベリーケーキ	ロールケーキ	ミニパターラ
夕食	ご飯 味噌汁 肉豆腐 冬瓜とベーコンの炒め 白菜の梅和え	ご飯 清汁 いわしのさんが焼き ふきの煮物 里芋のピーナツ和え	ご飯 味噌汁 海老と玉子のチリソース炒め れんこんと竹輪の煮物 オクラの和風サラダ	ご飯 清汁 赤魚の生姜蒸し・香味だれ 味噌ポテト かぶとハムのサラダ	ご飯 味噌汁 豆腐の五目あんかけ 切干大根の炒り煮 白菜の塩糍和え	ご飯 味噌汁 ぶり大根 切り昆布と厚揚げの煮物 ブロッコリーごま酢和え	ご飯 味噌汁 鶏と野菜の炒め物 ひじきの煮物 春菊のしその実和え

*都合により献立を変更することがあります。

2023年 6月

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
朝食	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 カリフラワーとハムのサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 小松菜のサラダ 煮豆	ご飯 味噌汁 鶏団子の炒め煮 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ マカロニソテー 菜の花のサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 アスパラと竹輪の炒め物 小松菜のしらす和え 納豆	
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ご飯 中華スープ 中華風オムレツ 蒸し餃子 杏仁豆腐	ご飯 コンソメスープ 鮭のムニエル 青菜のさっぱりサラダ フルーチェ(いちご)	わかめご飯 味噌汁 肉じゃが 枝豆の白和え パイン缶	キーマカレー じゃが芋の桜サラダ 福神漬け フルーツカクテル缶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリームソース 花野菜とコーンのサラダ 黄桃缶	
昼間食	褥瘡予防デザート (スイートポテト)	カスタードクレープ	水ようかん(芋)	やわらかおかき(のり塩)	～あったかおやつ～ たい焼き	
夕食	ご飯 味噌汁 白身魚フライ コンソメ煮 即席漬け	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ・和風あん さつま揚げと冬瓜の煮物 白菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 清汁 鯖のみりん漬け 茄子の味噌炒め 大根サラダ	ご飯 味噌汁 厚揚げの玉子とじ 金平れんこん ほうれん草のなめ茸和え	

*都合により献立を変更することがあります。

