

	平成26年06月01日(日)	平成26年06月02日(月)	平成26年06月03日(火)	平成26年06月04日(水)	平成26年06月05日(木)	平成26年06月06日(金)	平成26年06月07日(土)	
朝	仔ごぼろ パン 牛乳	【温】フルーツ&ヨーグルト 元気ヨーグルト 牛乳	食パン 野菜とチキンのスープ 牛乳	クリームパン かりん粉のパン 牛乳	米飯 ふりかけ(カツオ) 大豆の煮物 えのきのおみそ汁 ピーチジュース	ミルクアイス&ミニチーズ かりん粉のパン 牛乳	【温】ホットドッグ & コックドッグ 牛乳	
昼	赤飯 さんまの幽庵焼き 長芋と鶏肉の生姜醤油炒め オレンジ	米飯 鶏肉のワイン煮 ブロッコリーの和風和え かぼちゃと人参のスープ	米飯 【温】塩焼き(卵) 根菜の炒め物 甘夏ミカン	米飯 鮭のレモン醤油焼き うの花 白桃	米飯 豚肉とキャベツのピリ辛炒め 五色煮 バナナ	米飯 甘鯛のおろし煮 卵と高菜の炒め物 フルーツ盛り合わせ	米飯 牛肉のごま風味炒め 春巻 ヨーグルト和え(黄桃)	
夕	八宝菜 がんもの炊き合わせ カリフラワーの和え物	米飯 あじの揚げ漬け 春雨の韓国風炒め もずく酢	【温】麻婆丼 ツナと大根のサラダ 揚げなすのおろし生姜 ニラスープ	米飯 鶏肉と野菜クリーム煮 ブロッコリーのゆずかつお和え 青菜のソテー	米飯 かれいの竜田揚げ 白菜の磯和え 豆腐のすまし汁	枝豆ピラフ タルタルチキンソテー 野菜サラダ マカロニスープ	米飯 さわらの香草焼き コールスロー トマトスープ	
平成26年06月08日(日)								
朝	レーズンペストリー コンサラダ 牛乳	【温】ビスケット&黒糖食パン 元気ヨーグルト 牛乳	レモンフラワーパン ベーコンスクランブル 牛乳	ミルクパン 小松菜とウインナーのソテー 牛乳	米飯 ゆずみそ きざみ昆布の煮物 にらのおみそ汁 フルーツジュース	チョコツイスト アスパラのサラダ 牛乳	マヨネーズ&ポテト 牛乳	
昼	ふれあい会	米飯 さんまの深見干 炊き合わせ オレンジ	米飯 鶏肉と豆腐の揚げだし れんこんサラダ バナナ	かつおの漬け丼 チーズはんぺんフライ ごぼうのサラダ 赤だし	米飯 さけの石狩鍋風 ひじき入り卵焼き 甘夏みかん	米飯 Eiフライ&炒めフライ キャベツのカレー炒め りんごヨーグルト	オムライス チーズと野菜サラダ マカロニスープ まわか	
夕	塩ラーメン 焼き餃子 なます りんご	米飯 和風照り焼きハンバーグ キャベツとアスパラのサラダ クリームスープ	五目散らし寿司 大根の煮物 春菊のわさび和え さといものおみそ汁	米飯 中華風五目炒め 若竹の煮物 青菜の梅風味サラダ	米飯 松風焼き 付ピーマン炒め ほうれん草の和え物 豆腐のおみそ汁	米飯 炒り鶏 もやしの和え物 玉ねぎのおみそ汁	米飯 たこと大根のうま煮 炒り豆腐 青菜のおかか和え	
平成26年06月15日(日)								
朝	ミニあんぱん&レーズン コンビーフと野菜のソテー 牛乳	【温】エッグトースト&ヨーグルト 元気ヨーグルト 牛乳	かまぼこパン ケチャップソテー 牛乳	いちごジャム ビーンズサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(しそ) さつま揚げと青菜の煮物 きのこのおみそ汁 オレンジジュース	黒糖ミルク 白菜といんげんのスープ 牛乳	照り焼きチキンハンバーグ 元気ヨーグルト 牛乳	
昼	豚肉と野菜のビビンバ風 (冷)中華豆腐 玉子スープ 杏仁フルーツ	麦飯 鶏肉のごまみそ照り焼き キャベツと沢庵の和えもの えのきのお吸いもの	米飯 かれいの香り蒸し なすの生姜和え ごぼうのおみそ汁	米飯 肉豆腐 磯辺揚げ オレンジ	米飯 カジキのバター醤油焼き 菜の花のゆず胡椒和え そうめんの吸いもの	ミートスパゲティ かぼちゃとむきえびのサラダ コンソメスープ 白桃	高菜チャーハン いかとピーマンの中華炒め 春菊の白和え 大学いも	牛丼 ザーサイの冷奴 なます オレンジゼリー
夕	米飯 ほきの蒲焼き 付いんげんの練りごま和え 冬瓜の煮物 かぼちゃとアスパラのサラダ	米飯 さばの生姜煮 (冷)明太奴 いんげんの香味玉ねぎ和え	米飯 豚肉の炒り煮 白菜の梅おかか和え 焼き厚揚げのねぎだれ	米飯 カジキのバター醤油焼き 菜の花のゆず胡椒和え そうめんの吸いもの	米飯 鮭の南蛮漬け 金平ごぼう 小松菜の錦糸和え	米飯 鶏肉の照り焼きマレード風味 切干大根の酢の物 大豆のスープ	米飯 野菜入りキッシュ風 スイートサラダ クリームスープ	
平成26年06月22日(日)								
朝	キャラメルリング マカロニソテー 牛乳	【温】ヨーグルト&黒糖食パン マカロニサラダ 牛乳	食パン&ミニチョコ食パン ツナとポテトのソテー 牛乳	アップルコンフィ&ミニチーズ ソーセージとじゃが芋のスープ 牛乳	米飯 味のり ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 リンゴジュース	クリームパン スパゲティサラダ 牛乳	【温】ハンバーグ 元気ヨーグルト 牛乳	
昼	焼き鶏片 きんちゃくの煮物 明石焼き風(汁) バナナ	天津飯 青菜のなると和え チンゲン菜スープ 甘夏みかん&パイナップル	米飯 チキン南蛮 切干大根の煮物 りんごヨーグルト	焼きうどん スナックえんどうの卵とし かりん粉のゆず胡椒和え マンゴー	米飯 さばの照り焼き 長芋と温玉サラダ 洋梨	米飯 コロッケ盛り合わせ ごぼうサラダ 白菜のスープ	米飯 牛肉のごま風味炒め 春巻 オレンジ	
夕	米飯 揚げさんまの中華だし ぜんまいの煮物 もやしの酢の物	米飯 わかめご飯 さわらの西京焼き さつま芋と枝豆のかきあげ キャベツの和え物	麦飯 いわしの蒲焼き 大根おろしの冷奴 とろろ汁(冷)	米飯 豚ばらと大根のオイスター煮 アスパラのかにかまあんかけ もやしとわかめのおみそ汁	米飯 麻婆豆腐 三色ナムル 中華春雨スープ	米飯 あじの梅煮 青梗菜ときのこの炒め物 トマトともずくの和え物	米飯 鮭ときのこのクリームソース リヨネーズポテト トマトスープ	
平成26年06月29日(日)								
朝	練乳クリーム オムレツ 牛乳	【温】フルーツ&ヨーグルト 元気ヨーグルト 牛乳						
昼	米飯 チーズハンバーグ ミモザサラダ クリームスープ	米飯 お好み焼き なすのしぎ炒め煮 パイナップル						
夕	米飯 たららの甘酢あんかけ れんこんの甘辛炒め 白菜の和え物	米飯 さわらのオイル焼き じゃが芋とアスパラの煮物 アスパラの塩昆布和え						



5月のお楽しみメニュー



●今月の行事食●
 ・ 6月8日(日) ふれあい会(松花堂弁当、デザート、お茶) ・ 6月11日(水) お楽しみメニュー
 梅雨入りしました。5月末からカラッと夏日のような日差しが数日ありましたが、いつのまにかじめじめしていました。
 食欲が減退しないよう、献立にもさっぱりしたメニューを増やしています。先月のお楽しみメニューで初めて焼き立てパンを提供しました。
 大変好評で、利用者の皆さんがまたやってまたやってと声をかけてくださいました。生野菜サラダも唐揚げをのせるだけで
 しっかり主役になっていました。(管理栄養士 枝澤)