

2020年 6月 献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ごはん・味噌汁 切り干し大根 ぶりの煮つけ 菜の花お浸し	ごはん・味噌汁 あんこう竜田揚げ ほうれん草のお浸し じゃがいもの煮物	ごはん・味噌汁 豆腐ハンバーグ 南瓜サラダ ピーマン炒め	ごはん・味噌汁 ポークビーンズ 大根がリパタ炒め 白菜和え物	ごはん・味噌汁 焼きサバおろし付き 小松菜煮びたし もずく酢	ごはん・味噌汁 焼肉 レンコンの田舎煮 ほうれん草の生姜和え
7	8	9	10	11	12	13
ごはん・味噌汁 魚のみぞれ煮 ナスのあんかけ 白菜の中華サラダ	ごはん・味噌汁 筑前煮 ふわふわ枝豆揚げ ちくわと昆布和え	ご飯・味噌汁 魚の味噌マヨ焼き 炒り豆腐 春雨サラダ	ご飯・味噌汁 かに玉甘酢あん サツマイモの煮物 小松菜とキノコの和え物	枝豆ごはん けんちん汁 揚げ野菜の煮びたし みつめ	ご飯・味噌汁 ひじきコロッケ キャベツの味噌炒め マカロニサラダ	玉子スープ ドライカレー 温野菜サラダ 飲むヨーグルト
14	15	16	17	18	19	20
ご飯・味噌汁 焼き魚 レンコンの甘辛炒め ほうれん草の胡麻和え	ご飯・味噌汁 エビ海鮮餃子 野菜大豆煮 オクラの長芋和え	ご飯・味噌汁 鶏団子のクリーム煮 さつまいもの炒り煮 青じそサラダ	キツネそば 温玉サラダ 煮豆 アイン	ご飯・味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き 南瓜の煮物 小松菜和え物	ご飯・味噌汁 牛すき煮 ごぼうのサラダ こぶき芋	ご飯・味噌汁 イワシのつみれ煮 青菜の白和え 里芋うま煮
21	22	23	24	25	26	27
ご飯・味噌汁 冷しゃぶ 根菜の煮物 もやしのナムル	味噌汁 焼き鶏丼 小松菜キノコ和え サツマイモの甘煮	ご飯・味噌汁 回鍋肉 炊き合わせ 里芋の煮物	ご飯・味噌汁 カレーの煮つけ 紅白なます アスパラとジャガイモ炒め	キノコにゅう麺 ナスの和え物 厚揚げ焼き 乳酸菌飲料	ご飯・味噌汁 ポークチャップ 海藻サラダ 南瓜煮	ごはん・味噌汁 魚の中華炒め ブロッコリーのナムル コンノメ煮
28	29	30				
玉子スープ 焼うどん サツマイモサラダ 冷奴	ごはん・味噌汁 メバルの味噌焼き レンコンの煮物 豆と野菜の彩り煮	ご飯・味噌汁 白身魚フライ キャベツの添え物 けんちん煮				

[6月1日]衣がえ・・季節の変わり目に服をとにかえるならわし
 [6月11日ごろ]入梅・・梅雨の季節にはいること～雨やくもりの日がつづく
 [6月第3日曜日]父の日・・お父さんに感謝の気持ちをつたえる日
 [6月22日ごろ]夏至・・一年のうちで昼がいちばん長く夜がみじかい日

※メニューは変更になる場合がございます。

