

6月 献立表

月	火	水	木	金
			1	2
			カレイのバターボン酢きのこあん レンコンの炒めなます 豆腐ハンバーグの明太マヨソース 菜の花のピーナツ和え ごはん	チキンカツの梅マヨソース マカロニのオーロラサラダ はんぺんのピザ風焼き ほうれん草のワサビ和え ごはん
5	6	7	8	9
焼肉 キャベツの塩レモン和え たらこスパゲッティ ひじきと枝豆の炒め煮 ごはん	エビカツ ブロッコリーのペッパー炒め 里芋のチリビーンズソース 大根のさっぱりサラダ ごはん	赤魚のから揚げ紅生姜あんかけ シイタケの甘辛煮 南京の豆乳ソース 小松菜のごま和え ごはん	和風カツの卵とじ ピリ辛こんにやく 野菜と厚揚げの白みそあんかけ 小松菜ときのこの旨だれ和え ごはん	トマトソースのチーズハンバーグ 南京のサラダ コロッケ ほうれん草のコーンソース ごはん
12	13	14	15	16
豚肉の生姜焼き 野菜炒め ミートスパゲッティ 小松菜とツナのサラダ ごはん	鶏のから揚げ 大根のさっぱりサラダ マカロニのカレー煮 小松菜のごま和え ごはん	カレイのネギ塩焼き 春雨サラダ タッカルビ風 ひじきの煮物 ごはん	すき焼き風煮 ツナと人参の塩炒め 高野豆腐のから揚げ 菜の花の菜種和え ごはん	赤魚の揚げ煮 和風ポテトサラダ 肉団子と野菜の塩煮 味噌卵の花 ごはん
19	20	21	22	23
味噌カツ ジャガイモのマスタード和え 大根のあんかけ ほうれん草と鶏の和え物 ごはん	白身魚の芳酢ピネガーソース ホタテ貝柱のえびトマトクリーム煮 トリュフ薫るマヨサラダ 枝豆マッシュポテト ごはん	チキン南蛮宮崎風 大根のあんがらめ たらこスパゲッティ ひじきの煮物 ごはん	豚肉のマヨソース 筍とこんにやくの炒め煮 イタリアンスパゲッティ 小松菜とかにかまの煮びたし ごはん	さっぱりトマトのポークソテー マカロニの南京クリーム煮 肉団子のデミグラスソースがけ 彩りマッシュポテト ごはん
26	27	28	29	30
サバのチリソース お麩と青梗菜の中華あん マカロニのチーズトッポギ風 白菜の中華和え ごはん	カレー マカロニサラダ 野菜コロッケ 大根のゆず風味和え ごはん	ハンバーグデミグラスソース サツマイモのレモン風味 野菜のクリーム煮 ポパイソテー ごはん	とり天おろしぽん酢 春雨の塩煮 はんぺんのトマトチーズ焼き 小松菜のバターコーン炒め ごはん	タラフライのタルタルソース レンコンとベーコンのマスタード炒め ミートボールのカレー煮込み 白菜の和え物 ごはん