

2023年6月



山水園 献立表



	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)	6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)
朝食	御飯 擬製豆腐のねぎあんかけ ほうれん草のしらす和え みそ汁（里芋・油揚げ） カルシウム牛乳	御飯 ウインナーとポテトのソテー キャベツとカニのマヨネーズ和え みそ汁（畑菜・なめこ） カルシウム牛乳	ロールパン2種 かぶのクリーム煮 カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 納豆 しろ菜とさつま揚げの炒り煮 みそ汁（大根・大根葉） カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁（もやし・かぶの葉） カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼き カリフラワーのドレッシング和え みそ汁（南瓜・玉葱） カルシウム牛乳	御飯 絹さやの卵としじ 白菜のゆかり和え みそ汁（じゃが芋・水菜） カルシウム牛乳
昼食	麦ご飯 さわらの生姜煮 かぶのそぼろ煮 みそ汁（卵・貝割れ菜） フルーツ（オレンジ）	わかめそば 豚肉と厚揚げの五目煮 大根きんぴら フルーツ（バナナ）	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 茄子のドレッシング掛け コンソメスープ（コーン・豆苗） フルーツ缶（カクテル）	御飯 ほきの和風ムニエル 里芋の煮物 みそ汁（ほうれん草・しめじ） フルーツ缶（みかん）	【鹿児島県 郷土料理】 鶏飯（けいはん） さつま芋入りかき揚げ みそ汁（えのき・万能ねぎ） みかんフルーチェ	御飯 豚肉の味噌炒め 青菜の煮浸し お吸物（はんぺん・豆苗） フルーツ缶（マンゴー）	御飯 めぬけの煮付け れんこんきんぴら みそ汁（さつま芋・大根葉） フルーツ缶（りんご）
おやつ	メロンムース	シュークリーム	モカスイスロール	酒饅頭	パインゼリー	練り切り	抹茶ワッフル
夕食	御飯 豚肉の葱塩炒め 野菜サラダ みそ汁（玉葱・人参）	御飯 たらのマスタード焼き 鶏とごぼうの旨煮 みそ汁（小松菜・おつゆ麩）	御飯 白身魚のポン酢かけ ひじきの煮物 みそ汁（キャベツ・えのき）	御飯 豚肉のオイスター炒め 青菜の酢味噌和え お吸物（かぶ・椎茸）	御飯 あじの味噌漬け焼き 青梗菜のお浸し お吸物（冬瓜・絹さや）	御飯 擬製豆腐 キャベツとハムの和え物 みそ汁（大根・若布）	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 春雨サラダ 見知り汁（しろ菜・しめじ）

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)	6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)
朝食	御飯 豆腐野菜バーグ ほうれん草のお浸し みそ汁(もやし・若布) カルシウム牛乳	御飯 京がんもと冬瓜の煮物 青梗菜の和え物 みそ汁(キャベツ・若布) カルシウム牛乳	御飯 豆腐の含め煮 小松菜とツナのお浸し みそ汁(白菜・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 肉団子(柚子おろし) 長芋とろろ みそ汁(うまい菜・うずまさ麩) カルシウム牛乳	御飯 里芋のそばろ煮 オクラのおかか和え みそ汁(小松菜・玉葱) カルシウム牛乳	御飯 ツナとじゃが芋の炒め物 白菜と青梗菜のお浸し みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 大根と鶏肉の煮物 畑菜の和え物 みそ汁(さつま芋・大根) カルシウム牛乳
昼食	御飯 夏野菜キーマカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) ピーチゼリー	御飯 ぶりの照り焼き 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁(もやし・しめじ) フルーツ缶(黄桃缶)	御飯 白身魚のタルタル焼き きざみ昆布の炒り煮 みそ汁(かぶ・かぶの葉) フルーツ缶(りんご)	御飯 さばの味噌煮 竹輪と小松菜の和え物 お吸物(素麺・ねぎ) フルーツ缶(オレンジ)	御飯 鶏肉の塩麴焼き ごぼうの甘辛炒め みそ汁(なめこ・貝割れ菜) フルーツ缶(白桃)	御飯 金目鯛の煮付け 菜の花のお浸し みそ汁(青梗菜・もやし) フルーツ缶(パイン) ※写真はイメージです	麦ご飯 白身魚の香り揚げ インゲンの炒め煮 みそ汁(キャベツ・絹さや) フルーツ缶(黄桃)
おやつ	バームクーヘン	カフェオレゼリー	芋きんとん	せんべい	黒糖蒸しパン	練り切り	マスカットゼリー
夕食	御飯 さわらの漬け焼き 切干大根の煮物 みそ汁(里芋・にら)	御飯 チキンステーキ 南瓜サラダ コンソメスープ(コーン・人参)	御飯 豚肉のスタミナ炒め もずくの酢の物 お吸物(卵・大根葉)	御飯 肉豆腐 れんこんの塩麴炒め みそ汁(さつま芋・豆苗)	御飯 かに玉 甘酢あん 焼きビーフン 中華スープ(豆腐・三つ葉)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 海鮮しゅうまい 中華スープ(野菜つみれ・水菜)	御飯 ハンバーグ トマトソース 梅風味ツナサラダ コンソメスープ(玉葱・しめじ)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)	6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)
朝食	御飯 さばの塩焼き ほうれん草の磯和え みそ汁(かぶ・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 ウィンナーと野菜の炒め物 ブロッコリーサラダ みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの治部煮 青梗菜の和え物 みそ汁(キャベツ・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 みそ汁(もやし・水菜) カルシウム牛乳	御飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(玉葱・貝割れ菜) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 青菜のなめたけ和え みそ汁(畑菜・若布) カルシウム牛乳
昼食	御飯 若鶏山賊揚げ 冬瓜のえびあんかけ みそ汁(豆腐・豆苗) フルーツ缶(りんご)	オムライス ～ハヤシソース～ マカロニサラダ コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) フルーツ缶(洋梨)	御飯 蒸し鶏のごまソース掛け 白菜の中華和え 中華スープ(春雨・にら) フルーツ缶(カクテル)	【父の日】 枝豆御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋の煮物 お吸物(はも・ねぎ) さくらんぼゼリー	御飯 あじの塩麴焼き 茄子の含め煮 みそ汁(油揚げ・小松菜) フルーツ(オレンジ)	御飯 かれいのおろし煮 豚肉と蓮根の味噌炒め かきたま汁 フルーツ缶(マンゴー)	キャロットパン・バターロール チキンのトマト煮 アスパラとベーコンのソテー フルーツ缶(白桃)
おやつ	杏仁豆腐	クリームパン	かすてら饅頭	練り切り	和のパンケーキ抹茶	黒糖まんじゅう	抹茶ゼリー
夕食	麦ご飯 和風卵焼き ひじきの五目煮 みそ汁(青菜・椎茸)	御飯 めばるの七味焼き 肉じゃが みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	御飯 白身魚の揚げ浸し カリフラワーのゆかり和え みそ汁(茄子・ねぎ)	御飯 さばの香味焼き オクラのおかか和え みそ汁(じゃが芋・三つ葉)	御飯 牛肉のしぐれ煮 ブロッコリーの炒め物 みそ汁(南瓜・絹さや)	御飯 鶏肉のチーズ焼き 青梗菜と蒲鉾の柚子風味和え みそ汁(白菜・しめじ)	御飯 とんかつ 大根サラダ みそ汁(豆腐・豆苗)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)
朝食	御飯 竹輪の甘辛煮 小松菜の磯和え みそ汁(キャベツ・えのき) カルシウム牛乳	御飯 ウィンナーと野菜のケチャップ炒め カリフラワーのマヨネーズ和え みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 ベーコンといんげんの炒め 青菜の和え物 みそ汁(白菜・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐のそぼろ煮 オクラのお浸し みそ汁(里芋・絹さや) カルシウム牛乳	御飯 えびとにらの卵とし 白菜のお浸し みそ汁(玉葱・絹さや) カルシウム牛乳	食パン じゃが芋のコンソメ煮 ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとピーマンの炒め煮 ほうれん草の白和え みそ汁(長ネギ・おつゆ麩) カルシウム牛乳
昼食	御飯 お好み焼き風卵焼き 茄子の炒め物 みそ汁(もやし・大根葉) フルーツ缶(洋梨) ※写真はイメージです	じゃじゃ麺 豆腐チャンプル いちごゼリー	御飯 鶏肉の竜田揚げ かぶの煮物 みそ汁(椎茸・豆苗) フルーツ缶(パイン)	麦ご飯 豚肉の梅みそ炒め 冬瓜の煮物 お吸物(素麺・貝割れ菜) フルーツ缶(みかん)	麦ご飯 めばるの葱醤油焼き なすとピーマンの味噌炒め お吸物(鰯つみれ・豆苗) フルーツ缶(カクテル)	御飯 白身魚の香味蒸し 豚肉と大根のくず煮 みそ汁(豆腐・大根葉) 旬のフルーツ(赤肉メロン)	御飯 焼き肉 春雨の中華和え 中華スープ(はんぺん・にら) フルーツ缶(白桃)
おやつ	今川焼き	マドレーヌ	練り切り	せんべい	ウエハース	チョコクレープ	ミニあんパン
夕食	御飯 あじの照りだれ焼き かぶの煮物 みそ汁(大根・にら)	御飯 肉じゃが もやしのソテー みそ汁(なめこ・長葱)	御飯 白身魚のレモン蒸し かぼちゃサラダ みそ汁(油揚げ・うまい菜)	御飯 たらのフライ 野菜サラダ みそ汁(卵・三つ葉)	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き ごぼうの甘辛炒め みそ汁(椎茸・ほうれん草)	麦ご飯 豚肉の生姜焼き 畑菜とえのきの和え物 みそ汁(さつま芋・ねぎ)	御飯 千草焼き ひじきの煮物 みそ汁(えのき・水菜) ※写真はイメージです

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	6月29日(木)	6月30日(金)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)
朝食	御飯 がんもと冬瓜の煮物 ポテトサラダ みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳	雑炊 ホタテ入り炒り卵 小松菜のお浸し みそ汁(じゃが芋・貝割れ菜) カルシウム牛乳					
昼食	御飯 青椒肉絲 白菜のナムル 中華スープ(青梗菜・若布) フルーツ缶(黄桃)	御飯 白身魚のバター醤油焼き もやしの炒め物 コンソメスープ(レタス・ウィンナー) フルーツ缶(りんご)					
おやつ	ずんだどら焼き	練り切り	○	○	○	○	○
夕食	御飯 さわらの煮付け 揚げなすの和え物 みそ汁(キャベツ・油揚げ)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 青梗菜としらすの和え物 みそ汁(かぶ・長葱)					

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。