

2025年 6月の献立 デイハウス松原「ファミリー」

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
チキン竜田	豚肉の 生姜焼き風	カレイの唐揚げ 南蛮風	ばら寿司 野菜の 炊き合わせ お吸い物	牛肉とがんもどきの すき煮	豚肉とこんにゃくの 炒め物
ひじきと水くわいの 炒め煮	南瓜と人参の 炊き合わせ	五穀入りミックスビーンズのトマトソース		カニカマの 天ぷら	ほうれん草と薄揚げの 塩こうじ和え
大根の梅和え	薄揚げといんげんの 炒り煮	大根とこんにゃくの サイコロ煮		わかめと彩り 野菜のお浸し	カリフラワーの ソテー
白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁		白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁
9日	10日	11日	12日	13日	14日
白身魚フライ	豚肉となめこの 和風醤油炒め	鶏肉の味噌和え	ビーフシチュー	ばら寿司 野菜の 炊き合わせ お吸い物	ばら寿司 野菜の 炊き合わせ お吸い物
揚げなすの ごま醤油	じゃが芋とえのきの 甘酢和え	人参とツナの サラダ	ほうれん草と もやしの味噌和え		
湯葉の和風 グリーンサラダ	ブロッコリーと コーンのソテー	ほうれん草ともやし のわさび醤油和え	人参と薄揚げの 金平		
白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯		
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ばら寿司 野菜の 炊き合わせ お吸い物	アジの醤油焼き	豚肉と野菜の 韓国風炒め	マグロハンバーグ おろしポン酢	牛肉と玉ねぎの 焼肉風	サワラの 白醤油焼き
	エビと絹揚げの チリソース	ごぼうと3種豆の 生姜サラダ	ほうれん草と コーンのサラダ	しば漬けと切干大根の 甘酢和え	おからの炒め煮
	薄揚げと昆布の 煮物	ほうれん草と 白菜の黒ごま和え	さつま芋とレーズンの バター風味	オクラの湯葉和え	カリフラワーの ツナ玉子サラダ
	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁
23日	24日	25日	26日	27日	28日
豚肉の 香味ソース	カレーライス スープ 果物	ホタテと野菜の 和風煮	アジの さんが焼き	牛肉と野菜の 焼肉風	大根おろし入りの 豚肉と玉ねぎの ポン酢炒め
しらすと野菜の 炒め物		なすとベーコンの コンソメ炒め	大豆と彩り野菜の 味噌炒め	彩り切干大根	里芋の煮物
切干大根の チャプチェ風		大根と人参の ごま酢和え	ビーツの ポテトサラダ	ブロッコリーと ひじきの梅和え	大豆とひじきの わさびマヨ和え
白ご飯・みそ汁		白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁	白ご飯・みそ汁
30日					
牛肉と冬瓜の煮物					
いんげんとごぼうの卵の花					
キャベツとさつま揚げの黒コショウ炒め					
白ご飯・みそ汁					

◎当日のメニューは材料の都合で変更になる場合があります。