



# 6月のこんだて

## 大今里ケアホーム 月間献立表 入所 令和7年6月1日～6月30日



	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	黒糖ロール いんげんのマヨネーズ和え 牛乳	カスタードクリームパン ポテトサラダ 牛乳	シュガーバターコッペ ガッパワ-サラダ 牛乳	ミルクツイスト さつま芋サラダ 牛乳	ショコラロール 小松菜の煮浸し 牛乳	黒糖ロール 白菜の和え物 牛乳	レーズンドッグ 冬瓜の煮物 牛乳
昼食	* *ご当地・長崎県* * 米飯 対馬のとんちゃん風 ほうれん草のゴマ和え みかん缶 ぬっぺ汁風 ふりかけ	米飯 サバの幽庵焼き 小松菜の和え物 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 アジの塩焼き 茄子の詰め煮 バナナ 清汁 ふりかけ	菜飯 にゅうめん 冬瓜のそぼろあんかけ マンゴー缶 	米飯 シルバーの西京焼き 南瓜いとこ煮 パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚肉となす炒め ほうれん草のピーナツ和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 ホキの竜田揚げ 大根と竹輪の甘酢和え 白桃缶 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 シルバーの味噌煮 茄子の炒め物 清汁 漬物	米飯 鶏肉のハニーマスタードソース ブロッコリーのサラダ コンソメスープ 漬物	米飯 牛肉のケチャップ炒め アスパラ味噌炒め煮 味噌汁 漬物	米飯 豚肉の柳川風煮 大根のドレッシング和え 清汁 漬物	米飯 牛肉の山椒味噌炒め しる菜とカニかま和え 清汁 漬物	米飯 サワラの梅煮 いんげんのごま和え かきたま汁 漬物	米飯 豆腐のチンゲン菜と挽肉のあん 里芋の煮物 味噌汁 漬物
3時	カスタードケーキ 紅茶	焼きドーナツ(いちご) コーヒー	マフィン 紅茶	メープルブチケーキ コーヒー	紅茶ケーキ コーヒー	ムースエクレア 紅茶	プリン 紅茶
朝食	8	9	10	11	12	13	14
朝食	抹茶ツイスト スナッパ-のソテー 牛乳	クリームエスカルゴ 冬瓜と厚揚げの詰め煮 牛乳	ミルクツイスト 菜の花の煮浸し 牛乳	シュガーバターコッペ 菜の花の和え物 牛乳	レーズンドッグ キャベツの和え物 牛乳	ショコラロール ポテトサラダ 牛乳	ミニショコラツイスト ほうれん草の和えもの 牛乳
昼食	米飯 タラのカレーマヨ焼き 青梗菜のソテー キウイ 清汁 ふりかけ	米飯 煮込みハンバーグ ブロッコリーの胡麻ドレサラダ フルーツミックス コンソメスープ ふりかけ	米飯 ハヤシライス ほうれん草の柚子醤油和え オレンジ 	米飯 豚カツ 春雨サラダ 黄桃缶 ハンバーグスープ ふりかけ	米飯 牛肉の旨煮 切干大根のサラダ パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 ぶりの漬焼き 春菊の煮ひたし マンゴー缶 清汁 ふりかけ	米飯 ちゃんぽん もやしのごさっぱりサラダ みかん缶 ふりかけ 
夕食	米飯 生入り鶏大根の煮物 ひじき煮付け 味噌汁 漬物	米飯 アンのゆず胡椒焼き 切り干し煮 清汁 漬物	米飯 白身魚の和風ムニエル 白菜のゴマ和え 味噌汁 漬物	米飯 シルバーのネギ味噌焼き しる菜の煮浸し 清汁 漬物 	米飯 アンの照り焼き 白菜の甘酢和え 清汁 漬物	米飯 肉団子と野菜の煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁 漬物	米飯 ホキの生姜煮 しる菜のゴマ和え 味噌汁 漬物
3時	りんごブチケーキ コーヒー	うさぎまんじゅう お茶	ピーチムース コーヒー	牛乳ケーキ(Aおやつバイキング) 紅茶	レモンケーキ コーヒー	あんころもち風デザート 紅茶	イチゴクレープ コーヒー
朝食	15	16	17	18	19	20	21
朝食	クリームエスカルゴ 小松菜の煮浸し 牛乳	ミニ山シュガー アスパラのサラダ 牛乳	シュガーバターコッペ 冬瓜の詰め煮 牛乳	レーズンドッグ 大根の詰め煮 牛乳	チョコカスター マカロニサラダ 牛乳	ショコラロール ブロッコリーサラダ 牛乳	ストロベリーツイスト キャベツのソテー 牛乳
昼食	* *父の日* * 米飯 チキンピカタ 春雨のドレッシング和え キウイ 味噌汁 ふりかけ	* *新生姜・旬の食材* * 新生姜御飯 豚肉の新生姜焼き 大根サラダ パイナップル缶 味噌汁	米飯 魚の香草パン粉焼き 胡瓜の甘酢和え みかん缶 清汁 ふりかけ	米飯 タラの香味蒸し ジャガイモのマヨ和え バナナ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鯛めし 豆腐ハンバーグおろしポン酢 小松菜の和え物 白桃缶 清汁	米飯 麻婆茄子 ガッパワ-の中華和え パイナップル缶 中華スープ ふりかけ	米飯 筑前煮 小松菜の和え物 みかん缶 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 タラのオイスター風味焼き チンゲン菜の中華風サラダ 清汁 漬物	米飯 アジの味噌煮(西京みそ仕立て) 春菊の白和え 清汁 漬物	米飯 青梗菜肉絲 ガッパワ-サラダ 中華スープ 漬物	米飯 豚肉と厚揚げの炒めもの 干草焼き バナナ 清汁 漬物	米飯 鶏肉の照り焼き しる菜の和え物 味噌汁 漬物	米飯 シルバーの山椒焼き 白菜の柚子醤油和え 清汁 漬物	米飯 ホキの葱ソースかけ 南瓜の詰め煮 味噌汁 漬物
3時	しつとりブチケーキ 紅茶	チョコマフィン コーヒー	酒まんじゅう お茶	イチゴマフィン 紅茶	くず餅風デザート 紅茶	今川焼(カスタード) コーヒー	チョコワッフル 紅茶
朝食	22	23	24	25	26	27	28
朝食	ミニ山シュガー 青梗菜のコンソメ煮 牛乳	黒糖ロール ガッパワ-のゆず和え 牛乳	抹茶ツイスト ポテトサラダ 牛乳	シュガーバターコッペ スナッパ-のサラダ 牛乳	黒糖ツイスト しる菜の煮浸し 牛乳	チョコカスター クリーム煮 牛乳	クリームエスカルゴ 厚揚げの詰め煮 牛乳
昼食	* *お誕生日会* * 赤飯 エビフライ&コロッケ ほうれん草の白和え パイナップル缶 味噌汁	キーマカレー シーザーサラダ ヨーグルト 福神漬 らっきょ 	ゆかりごはん 五目うどん 大根のサラダ フルーツミックス缶	米飯 肉団子のあんかけ 南瓜のそぼろ煮 パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 鶏と揚げのみぞれ煮 インゲンのくるみみね和え マンゴー缶 清汁 ふりかけ	三色丼 揚げだし豆腐 みかん缶 清汁 	米飯 ホキのごまだれ焼き ガッパワ-の甘酢和え 黄桃缶 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 豚肉の香味焼き アスパラソテー 清汁 漬物	米飯 焼き肉風 拌三絲 中華スープ 漬物	米飯 ホキのコンマヨ焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁 漬物	米飯 アジの幽庵焼き 白菜サラダ 味噌汁 漬物	米飯 お好み焼き 金平ごぼろ 清汁 漬物 	米飯 白身魚の南蛮漬け 冬瓜の詰め煮 味噌汁 漬物	米飯 肉じゃが しる菜の柚子和え 味噌汁 漬物
3時	カステラ コーヒー	もみじまんじゅう お茶	カスターワッフル(日おやつバイキング) 紅茶 	黒糖ケーキ コーヒー	アイス 紅茶	カスタードブチケーキ コーヒー	ソフトクレープ(チョコ) 紅茶
朝食	29	30					
朝食	ショコラロール さつま芋サラダ 牛乳	抹茶ツイスト ブロッコリーサラダ 牛乳					
昼食	米飯 サバの塩焼き インゲンのマヨ和え 白桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 牛肉と夏野菜の生姜焼き 大根の酢の物 オレンジ 味噌汁 ふりかけ					
夕食	米飯 豚肉と白菜の中華煮 もやしナムル 中華スープ 漬物	米飯 白身魚の野菜あんかけ ツナじゃが 清汁 漬物					
3時	焼きドーナツ(豆乳) コーヒー	ショコラブチケーキ 紅茶					

※献立はやむを得ず変更することがあります。予めご了承下さい。