６月の献立

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1日 あじさい寿司 茄子の味噌炒め 甘酢和え すまし汁 （ミルク葛餅）	2日 かに玉 胡麻和え スパゲッティサラダ ご飯　味噌汁 （ババロア）	3日 魚の韓国味噌焼き わかめの酢の物 じゃが芋のきんぴら ご飯　かき玉汁 （キャラメルポテト）	4日 麻婆豆腐 チヂミ ナムル ご飯　スープ （ジャムヨーグルト）
5日 にらつくね タラモサラダ きんぴら ご飯　味噌汁 （アジサイゼリー）	6日 鶏のネギソース 春雨サラダ なめ茸和え ご飯　味噌汁 （みつ豆）	7日 大豆のカレー煮 ポテトサラダ 青菜炒め ご飯　味噌汁 （ホットケーキ）	8日 ひじきハンバーグ キャベツの青シソ和え 煮豆 ご飯　味噌汁 （杏仁豆腐）	9日 魚のにらあんかけ 五目きんぴら おひたし ご飯　味噌汁 （抹茶ぜんざい）	10日 豚肉とキャベツの旨煮 しらす和え 茄子の酢味噌和え ご飯　味噌汁 （リンゴの甘煮）	11日 鶏のマヨネーズ焼き ひじき煮 たたき胡瓜 ご飯　味噌汁 （フルーツヨーグルト）
12日 オムレツ茸ソース トマトサラダ 切干大根炒り煮 ご飯　味噌汁 （ジャムサンド）	13日 豚肉の大葉焼き ピリ辛煮 もずく酢 ご飯　味噌汁 （りんごゼリー）	14日 魚の照り焼き 豆腐チャンプルー 磯和え ご飯　味噌汁 （冷やしぜんざい）	15日 鶏釜めし 厚揚げと茄子の煮物 サラダ 豚汁 （どら焼き）	16日 チキンビーンズ ブロッコリーの玉子炒め ポテトサラダ ご飯　味噌汁 （アジサイゼリー）	17日 鮭と胡瓜の寿司 お煮しめ 菜種和え とろろ汁 （抹茶パンケーキ）	18日 豚肉と生姜のご飯 茄子の味噌和え 和風サラダ 漬物　スープ （みたらし団子）
19日 魚の磯辺揚げ 三目きんぴら 胡瓜のピリ辛和え ご飯　味噌汁 （チョコバナナ）	20日 カレーライス 大根の炒り煮 サラダ　福神漬け スープ （フルーツヨーグルト）	21日 ハンバーグ茸ソース 切干大根の煮物 胡麻酢和え ご飯　味噌汁 （あじさいゼリー）	22日 豚肉の香味焼き 炒り豆腐 胡瓜の梅和え ご飯　わかめ汁 （南瓜パンケーキ）	23日 筑前煮 三味和え マカロニソテー ご飯　味噌汁 （バナナヨーグルト）	24日 ジャーマンオムレツ ツナサラダ かぼちゃの甘煮 ご飯　味噌汁 （チョコサンド）	25日 魚のパン粉焼き 大根のおかか煮 トマトの甘酢 ご飯　味噌汁 （アイスパフェ）
26日 ピザ風ポテト焼き 海鮮きのこ 磯和え ご飯　スープ （チョコバナナ）	27日 魚のフワフワ揚げ 五目豆 胡瓜の塩昆布和え ご飯　味噌汁 （小倉白玉）	28日 厚焼き玉子 五目味噌炒め 春雨サラダ ご飯　味噌汁 （フレンチトースト）	29日 豚肉と昆布の煮物 豆腐のナムルのせ いとこ煮 ご飯　味噌汁 （どら焼き）	30日 海老と豆腐のチリソース 玉ねぎのおかか炒め おひたし ご飯　味噌汁 （ホットケーキ）		