

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	6月23日(日)	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 もずく 漬け物	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 なすのお浸し いりこみそ	ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 小松菜のお浸し 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮込み 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 オムレツ チンゲン菜とハムの和え物 梅干し	ご飯 みそ汁 里芋の煮物 ほうれん草とえのきのお浸し たらこ	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 もやしのごま浸し たいみそ
昼食	ご飯 中華スープ 麻婆茄子 ビーフンソテー マンゴープリン	ご飯 みそ汁 たらの味噌バター焼き かわり金平 パイナップル	ご飯 みそ汁 おろしハンバーグ コーンサラダ アセロラゼリー	山菜おこわ みそ汁 さばの梅蒸し 豚肉の根菜煮 キャベツの昆布茶和え	ご飯 中華スープ エビチリ 春雨中華サラダ 杏仁豆腐	開花丼 みそ汁 和風サラダ オレンジ	チキンカレーライス コンソメスープ カラフルサラダ パイナップル
おやつ	ヨーグルト	黒糖まんじゅう	たまごボーロ	レモンカステラ	ミルクサンド	おせんべい	ヨーグルト
夕食	ふりかけご飯 みそ汁 かれのい煮つけ 肉じゃが きゃべつのゆかり和え	冷やし中華 冷やし中華つけ汁 焼売 ナムル	ご飯 みそ汁 白身魚のごま味噌焼き がんもの煮物 もやしの梅肉和え	ご飯 みそ汁 なすの肉詰め 五目豆 洋ナシのコンポート	ご飯 みそ汁 鶏肉のもろみ漬け焼き ひじきの煮物 旨塩キャベツ	ご飯 すまし汁 鮭の照り焼き 厚揚げの煮物 黒蜜寒天	ご飯 みそ汁 さわらの粕漬焼き 切干大根の煮物 小松菜のくるみ和え

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。