

グランデージ北湘南 '安心ハウス' 6月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6	7
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(はんぺん田楽味噌 温野菜 果物) 珍味 香の物	ご飯 味噌汁(キャベツ油あげ) 牛乳 鯖水煮の山かけ 磯和え(キャベツ 板かま 胡瓜) 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛乳 チーズ入りオムレツ(生野菜) きんぴらごぼう 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚 ほうれん草の辛し和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 キャベツのマフラー煮 納豆 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物 温泉卵 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(角ハム レタス トマトりんご) 和え物 香の物
昼	スープ 焼きそば 香の物 果物	焼きたてパン ほうれん草のポターージュ サラダ 飲み物(コーヒー 牛乳)	休	鴨うどん ミニ寿司 香の物	野菜スープ えび炊き込みピラフ 野菜サラダ 香の物	山菜山かけそば 小鉢 デザート	和風スパゲティ 春雨 スープ デザート
夕	ご飯 味噌汁 鮭のザンギ風 厚揚げの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 キャベツ サラダ 香の物	ご飯 赤だし味噌汁 お刺身盛り合わせ 茶碗蒸し 含め煮 デザート	ご飯 ラーメン汁 エビ しゅうまい 中華サラダ 香の物	ご飯 かき玉汁 鯖の味噌煮 ポテトサラダ 香の物	ご飯 味噌汁(厚あげ 大根) 盛り合わせ(鶏のボン酢煮 大根おろし レタス) インゲンの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 干魚(大根おろし オレンジ) 豆腐の卵とじ 香の物
	8	9	10	11	12	13	14
朝	ご飯 味噌汁(大根 人参 大根菜) 牛乳 サンマの蒲焼と和えもの とろろ芋 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ベーコンエック 生野菜 オレンジ) 珍味 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 野菜ソテー 双豆腐(大根おろし なめたけ) 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(ハムステーキ 生野菜 オレンジ) ひじきの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(天ぷらかまぼこ 南瓜 人参 インゲン 味付椎茸) 納豆(大根おろし 長葱) 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 野菜入りオムレツ 珍味 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(伊東のてんぷら 大根おろし トマト) 小松菜炒め物 香の物
昼	ご飯 味噌汁 うな玉井 ほうれん草のお浸し 香の物	焼きたてパン ミネストローネ デザート 飲み物(コーヒー 牛乳)	焼きおにぎり茶漬け 盛り合わせ(クリームコロッケ 温野菜 りんご) 香の物	豚肉ときのこのうどん 巻き寿司 小鉢	スープ 北湘南レストラン オムレツ 野菜サラダ 香の物	かき玉そうめん 焼立てピザ 果物 コーヒー	ご飯 スープカレー(ゆで卵 鶏もも 茄子 玉ねぎ 人参 ビーマン) 福神漬 らっきょ デザート
夕	ご飯 鱈汁 盛り合わせ(カキフライ 生野菜 果物) 白菜の胡麻和え 味噌漬 香の物	ご飯 みそ汁 煮魚 ラーメンサラダ 香の物	五穀米 味噌汁 ラムシャブ ヨーグルトサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(エビフライ 南瓜のから揚げ 生野菜 トマト) 切干大根の炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のカレー風味焼き マカロニサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(大根おろし 果物) 厚あげの煮物 香の物	ご飯 すり身汁 牛スチ柳川風 ナムル 香の物
	15	16	17	18	19	20	21
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 ソーセージのソテー(玉葱 ビーマン 本シメジ) 温泉卵 香の物 わらびのたたき	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(はんぺんのバター焼き レタス炒め トマト) 塩辛 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 山菜の炒め煮 納豆(しらす 長ネギ) 香の物 果物はちみつけ	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚(ぬかさんま 大根おろし 小女子佃煮) こんにゃくピリ辛煮 べったら漬	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ひじき入りオムレツ 生野菜 果物) 長手の梅和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(里手 人参 こんにゃく 鶏もも インゲン) 生卵 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(角ハム レタス 焼きそば) 茎レタス
昼	昔風ラーメン 依おにぎり かぶ漬	焼きたてパン(サンドウィッチ) あさりカレー チャウダー フルーツヨーグルトかけ 飲み物(コーヒー 牛乳)	休	にゅう麺 一口おにぎり 香の物	糸寒天スープ ヘルシーチキンライス 苺練乳かけ 香の物	鍋焼きうどん 春菊とブロッコリーの胡麻和え デザート	スープ ナポリタンスパゲティ 野菜サラダ
夕	ご飯 味噌汁 焼き魚(大根おろし オレンジ) 肉じゃがカレー風味 南瓜たくあん	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(ヒレカツ 生野菜 レモン) 芋がらと油揚げの煮物 香の物	ご飯 魚介カレー プロックリーサラダ 福神漬 らっきょ	ご飯 味噌汁(うど 油あげ 万能ネギ) 盛り合わせ(えびのピカタ焼き 生野菜 トマト) 双豆腐おろし添え 珍味(シンギスカン 生姜煮)	ご飯 味噌汁 チカのマリネ風 ほうれん草のとびっこ和え ミックス漬	ご飯 味噌汁 味噌おでん ブロッコリーサラダ 香の物	あさり炊き込みご飯 味噌汁 鯖の田楽味噌焼き こんにゃくと里手のそば煮 かぶの甘酢漬 パナナ
	22	23	24	25	26	27	28
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(かに玉あんかけ 生野菜 トマト) いかの煮物 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 五目煮(黒こん 土ごぼう 人参 鶏肉 味付椎茸 大豆 竹の子) だし巻き卵 ほうれん草のお浸し 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(トルコ風オムレツ 生野菜 果物) キャベツ 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(ハムステーキ 野菜ソテー 果物) ほうれん草のなめたけ和え 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 湯豆腐セット 鶏もつすき焼き風 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ブレンオムレツ 生野菜 果物) こんにゃくの土佐煮 甘酢漬	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き物(さわら西京焼き 大根おろし 果物) きんぴらごぼう 香の物
昼	そば茶 中華丼 小鉢 香の物	焼きたてパン ベジタブルスープ 温泉卵 デザート 飲み物(コーヒー 牛乳)	味噌汁 おにぎりセット 香の物 デザート	すいとん汁 ゆかりご飯と盛り合わせ 竹の子の味噌漬	スープ ハッシュドビーフ はんぺんサラダ らっきょ 福神漬	タコ天そば イカと芋茎の煮物 てっぽう漬	きつねうどん 小鉢 果物
夕	ご飯 番茶 うどんすき 酢の物 ブロッコリーの漬物 フルーツ盛り合わせ	ご飯 みそ汁(竹の子 卵 大根菜) 煮魚 ラーメン サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ(フライドポテト 舞茸と小松菜のソテー) 豆腐とトマトのサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(大根) キャベツサラダ ふきの漬物	ご飯 味噌汁 天ぷら盛り合わせ(キス 南瓜 本シメジ 茄子) キャベツの胡麻和え 香の物	懇親会 オードブル 寿司盛り合わせ 果物 飲み物	ご飯 味噌汁 ホイル焼(真鱈 玉葱 ししとう パラベーコン 本シメジ) マカロニケチャップ炒め 香の物
	29	30					
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(ハンペンチーズ サンド 野菜ソテー 苺) 珍味 茎レタス	ご飯 味噌汁 牛乳 鯖水煮の山かけ キャベツときゅうりの磯和え 香の物					
昼	中華スープ 焼きそば 香の物 西瓜 苺	焼きたてパン コーンポターージュ 野菜サラダ 飲み物(コーヒー 牛乳)					
夕	ご飯 味噌汁 鶏肉の甘辛ソースかけ 切干大根の炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 手作り肉しゅうまい 中華風サラダ 香の物					