

# 令和 5 年 6 月 献立表

デイサービスセンター美鈴ヶ丘

日	月	火	水	木	金	土
				6月1日(木) 赤飯 鯖のおろし煮 吸物 にらたま炒め 里芋とツナのサラダ	6月2日(金) 御飯 鶏の青じそ炒め 吸物 なすと竹輪の煮付 みょうが和え	6月3日(土) 御飯 太刀魚の香味焼き 吸物 大根のそぼろ煮 豆サラダ
6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)
休館日	雑穀御飯 赤魚の西京焼き 茶そば汁 豚キムチ 菜種和え	カレーライス 大豆とひじきの煮物 レタスサラダ らっきょう漬け 杏仁フルーツ	休館日	御飯 鶏のから揚げ 吸物 高野豆腐の煮物 甘夏和え	御飯 ホキのチリソースかけ 吸物 ごぼうの旨煮 はんぺんサラダ	御飯 デミグラスハンバーグ 吸物 小松菜の中華炒め りんご酢和え
6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)
休館日	御飯 さんまの蒲焼の卵とじ 吸物 茄子のそぼろ煮 春雨のごま酢和え	御飯 豚しゃぶのねり胡麻たれ 吸物 糸こんのピリ辛炒め 塩昆布和え	休館日	御飯 ホッケのねぎ醤油焼き あおさ汁 五目春雨 コールスローサラダ	御飯 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 吸物 ピーマンのじゃこ炒め ごまポン酢和え	御飯 白すり身の五目揚げ 吸物 野菜の子まぶし ナムル
6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)
休館日	御飯 豚の味噌漬け焼き 吸物 刻み昆布の炒り煮 わさび和え	鮭ときゅうりの混ぜ寿司 赤だし 厚揚げのみぞれ煮 ほうれん草のお浸し 煮豆	休館日	御飯 白身魚のマスターマヨ焼き かきたま汁 キャベツとえびの塩煮 ピーナツ和え	御飯 親子煮 吸物 もやしのカレー炒め 胡瓜と大根のしらす和え	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	
休館日	御飯 鶏かぼちゃ 吸物 ピーマンの金平 菜果和え	御飯 ホキのわさびマヨ焼き みぞれ汁 じゃが芋の煮付 白菜の酢の物	休館日	御飯 肉じゃがオムレツ 吸物 大根の洋風煮 レモン和え	御飯 鰻の南蛮漬 吸物 茄子の煮付 とろろ昆布和え	
旬 の 食 材 アスパラガス、オクラ、ズッキーニ、鰻、メバル						