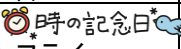


献立表

現 場：さんとびあ様原
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2026/6/1～2026/6/30

	日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
朝食		パンセット スクランブルエッグ 牛乳 白桃缶	パンセット おからサラダ 牛乳 パイン缶	パンセット さっぱりナムル 牛乳 フルーツ缶	パンセット キャベツの胡麻サラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット ミートボール（ホ） 牛乳 フルーツ缶	パンセット 人参とツナのサラダ 牛乳 フルーツ缶
昼食		散らし寿司 揚げ茄子煮びたし 清汁 洋ナシ缶 	ごはん 鶏肉のマヨ焼き キャベツの卵とじ 清汁 洋梨缶	ごはん さばの味噌煮 ポテトサラダ 清汁 黄桃缶	五目ごはん あじフライ 里芋の煮っころがし すまし汁 白桃缶	ごはん 筑前煮 煮豆 清汁 みかん缶	ごはん 鯖の天ぷら ソース焼きそば 味噌汁 白桃缶
夕食		ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え	ごはん 赤魚の野菜餡かけ 里芋の柚子みそ煮 ロールキャベツ	ごはん 豆腐バーグ野菜あんかけ 小松菜和え さつま芋サラダ	ごはん スペイン風玉子焼き 菜種和え なすのおろし煮	ごはん 豚の味噌炒め 高野の煮物 紅白煮 	ごはん アジの塩焼き 煮やっこ 菜の花菜種和え
3時		水饅頭 緑茶	抹茶ようかん 緑茶	苺クリームどら焼き 緑茶	青りんごゼリー 緑茶	水ようかん  緑茶	葛饅頭 緑茶
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	パンセット カラフルマリネ ヨーグルト フルーツ缶	パンセット コールスローサラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット 大根のそぼろ煮 牛乳 フルーツ缶	パンセット ポテトサラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット ミートボール（黒酢） ヨーグルト フルーツ缶	パンセット 厚焼きたまご 牛乳 フルーツ缶	パンセット スパゲティサラダ 牛乳 フルーツ缶
昼食	カレーライス わくの梅和え みかん缶	ごはん 豚しょうが焼き ポテトサラダ コーンスープ りんご缶	ごはん かに玉風オムレツ インゲンのマヨ和え 味噌汁 白桃缶	ごはん  時の記念日  サーモンフライ キャベツサラダ コンソメスープ 白桃缶	ごはん 赤魚の天ぷら 高野の煮物 味噌汁 黄桃缶	ごはん シチュー ほうれん草のごま和え みかん缶	ごはん サワラのかば焼き 白菜の中華煮 味噌汁 フルーツカクテル缶
夕食	ごはん 鰯の煮付け 小松菜和え さといも土佐煮	ごはん 白身魚のフライ スープ煮 春雨ごま和え	ごはん 揚げ出し豆腐 パンプキンサラダ ブロッコリーのサラダ	ごはん 豚のきのこ炒め ごまドレ和え 炒り豆腐	ごはん 麻婆豆腐 煮付け 小松菜の和え物	ごはん 豚の卵とじ 煮豆 ごま和え	ごはん 八宝菜 煮付け かぼちゃ煮 
3時	饅頭 緑茶	ココアワッフル 緑茶	さつまいもカップケーキ 緑茶	プリン 緑茶	ワッフル 緑茶	紅白饅頭 緑茶	ようかん 緑茶
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	パンセット 菜の花と湯葉のお浸し ヨーグルト フルーツ缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 白桃缶	パンセット おからサラダ 牛乳 パイン缶 	パンセット さっぱりナムル 牛乳 フルーツ缶	パンセット キャベツの胡麻サラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット ミートボール（ホ） 牛乳 フルーツ缶	パンセット 人参とツナのサラダ 牛乳 フルーツ缶
昼食	バターライス 煮込みハンバーグ 夏野菜のマリネ コンソメスープ フルーツカクテル缶	ごはん かひの竜田揚げ 厚焼き玉子 清汁 パイン缶	ごはん 白身魚の天ぷら  ゴマサラダ 味噌汁 白桃缶	ごはん 筑前煮 ツナサラダ 味噌汁 みかん缶	ごはん 焼肉風炒め物 マカロニグラタン コーンスープ 洋梨缶	ごはん さばの味噌煮 ポテトサラダ 清汁 黄桃缶	ごはん 鶏と根菜の煮物 煮豆 清汁 みかん缶
夕食	ごはん 親子煮 はんぺん磯部揚げ 焼き茄子胡麻和え	ごはん とり天 野菜煮 しろなのお浸し	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え	ごはん ササミフライ わくの梅和え 小松菜のソテー	ごはん サバの塩焼き 煮浸し 中華スープ煮	ごはん 洋風玉子焼き 煮付け 煮豆	ごはん スタミナ焼き 千切煮 かぼちゃサラダ
3時	アイスクリーム 緑茶	水ようかん 緑茶	杏仁豆腐 緑茶	メープルケーキ 緑茶	バームクーヘン 緑茶	まんじゅう 緑茶	アイス 緑茶
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	パンセット カラフルマリネ ヨーグルト フルーツ缶	パンセット コールスローサラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット 大根のそぼろ煮 牛乳 フルーツ缶	パンセット ポテトサラダ 牛乳 フルーツ缶	パンセット ミートボール（黒酢） ヨーグルト フルーツ缶	パンセット 厚焼きたまご 牛乳 フルーツ缶	パンセット スパゲティサラダ 牛乳 フルーツ缶
昼食	天丼 ひじき煮 かき玉汁 フルーツカクテル缶 	ごはん 麻婆豆腐 菜の花のお浸し すまし汁 洋ナシ缶	ごはん 筑前煮 煮豆 清汁 みかん缶	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 揚げ茄子のおろし餡かけ すまし汁 パイン缶	ごはん 白身フライ わくの梅和え 味噌汁 白桃缶	カレーライス ポテトサラダ みかん缶	ごはん 鯖の天ぷら ソース焼きそば 味噌汁 白桃缶
夕食	ごはん 魚の香草チーズ焼き スープ煮 かわり和え 	ごはん 幽庵焼き（鯖） 小松菜の和え物 ごまドレ和え	ごはん 豚の味噌煮 高野の煮物 玉ねぎの和え物	ごはん 鶏照り焼き 五目豆 ツナ和え	ごはん 豚しょうが焼き 煮奴 菜種和え	ごはん 幽庵焼き ほうれん草胡麻和え 筑前煮 	ごはん 五目卵焼き インゲンベーコン炒め 青梗菜の和え物
3時	どら焼き 緑茶 	シュークリーム 緑茶	桃ゼリー 緑茶	芋羊羹 緑茶	今川焼き 緑茶	カステラ  緑茶	ロールケーキ コーヒー
	28	29	30	6月21日は  父の日  です。 毎年6月の第3日曜日に祝われる父の日。母の日と並んで家族の感謝を伝える大切な日です。 父の日の起源は、20世紀初頭のアメリカにあります 日本に父の日が伝わったのは、第二次世界大戦後、1950年代頃といわれています。当初はあまり認知されていませんでしたが、1980年代にデパートや百貨店が贈答キャンペーンを展開したことで次第に浸透していきました。 特に「黄色いバラ」を贈る習慣は、アメリカで父の日の象徴とされた白いバラをもとに、日本独自の解釈で発展したものです。日本では黄色が「尊敬」「信頼」「希望」を象徴する色とされ、やがて「父の日＝黄色いバラ」というイメージが広まっていきました。			
朝食	パンセット 菜の花と湯葉のお浸し ヨーグルト フルーツ缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 白桃缶	パンセット おからサラダ 牛乳 パイン缶				
昼食	ごはん チキンのマヨ焼き キャベツの卵とじ 清汁 洋梨缶	ごはん 鶏の卵とじ パンプキンサラダ 清汁 黄桃缶	ごはん シチュー ほうれん草のごま和え みかん缶				
夕食	ごはん 赤魚の野菜餡かけ 里芋の柚子みそ煮 ロールキャベツ	ごはん 八宝菜 シュウマイ カレーマヨ和え	ごはん 五目卵焼き インゲンベーコン炒め 青梗菜の和え物				
3時	抹茶ようかん 緑茶	バームクーヘン 緑茶	杏仁豆腐 緑茶				

※ 材料の納入の都合により、献立が変更する事があります。