令和5年6月後半　献立表　　社会福祉法人　真寿会

					6月16日（金）	6月17日（土）	6月18日（日）
朝					中華雑炊 千草焼き フルーツ缶（ミックス）	クリームエスカルゴ ベーコンと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶（りんご）	ごはん ツナじゃが すまし汁 ふりかけ（かつお）
昼					ごはん 赤魚の塩麹焼き 切干大根の炒め煮 フルーツ（キウイ） 味噌汁	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 茄子の味噌炒め フルーツ（パイン お吸い物	ごはん 白身魚の漬け焼き かぶと絹あげの含め煮 きゃらぶき 味噌汁
おやつ					ドームケーキ	黒糖饅頭	ロールケーキ
夕					ごはん 牛すき煮 じゃが芋ののたらこ炒め ブロッコリーの和風サラダ 吉野汁	ごはん 太刀魚の香味焼き きんぴらごぼう きゅうりの和え物 豚汁	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め かに焼売 大根の中華和え フルーツ（オレンジ）

	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）	6月25日（日）
朝	かに雑炊 里芋の揚げ出し フルーツ缶（マンゴー）	ごはん ほうれん草の炒め煮 味噌汁 ふりかけ（さけ）	北海道ミルク ポトフ 牛乳 フルーツ缶（りんご）	芋粥 豚肉と茄子の炒め物 茶福豆	卵雑炊 ツナと野菜の甘辛炒め フルーツ缶（白桃）	チョコパン キャベツのコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶（マンゴー）	ごはん 厚揚げの揚げ出し風 吉野汁 ふりかけ（しそ）
昼	えびピラフ キッシュ風オムレツ ピクルス フルーツ缶（洋梨） コンソメスープ	ごはん あじの煮つけ 豚肉とれんこんの甘辛炒め フルーツ（パイン） すまし汁	手作りカレー コールスローサラダ フルーツ缶（マンゴー） 福神漬け	ごはん 白身魚のバター醤油焼き 小松菜の和え物 冷奴 すまし汁	冷やしそば 天ぷら二種盛り 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ缶（洋梨）	ごはん 中華卵焼き ビーフン炒め フルーツ（キウイ） 中華スープ	ごはん 牛肉のしぐれ煮 卯の花 きゅうりの塩昆布和え 味噌汁
おやつ	コーヒーゼリー	ソフトクレープ	和のパンケーキ	ストロベリーカスタードタルト	今川焼き（カスタード）	ぶどうゼリー	赤メロンゼリー
夕	ごはん さわらの西京焼き ひじきの煮物 白菜のゆかり和え すまし汁	ごはん 鶏肉のレモンソースかけ 小松菜とベーコンの炒め物 マカロニサラダ フルーツ缶（黄桃）	ごはん さばのねぎ塩焼き 鶏肉と里芋の煮物 オクラのしそ風味和え フルーツ缶（ミックス）	ごはん 鶏の照り焼き 冬瓜の信田煮 フルーツ（オレンジ） 豚汁	ごはん 鮭の辛子マヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 ブロッコリーのごま和え フルーツ（パイン）	ごはん 豚肉と茄子の味噌炒め しろなの煮びたし 香の物 すまし汁	ごはん 白身魚のトマトソース じゃが芋ののカレー炒め フルーツ（オレンジ） 人参サラダ

	6月26日（月）	6月27日（火）	6月28日（水）	6月29日（木）	6月30日（木）
朝	芋粥 豚肉と野菜の旨煮 金時豆	ごはん 白菜の煮びたし すまし汁 ふりかけ（のりたま）	クリームパン 野菜とベーコンのソテー 牛乳 フルーツ缶（白桃）	中華雑炊 里芋の揚げ出し フルーツ缶（りんご）	卵雑炊 ピーマンの炒め煮 フルーツ缶（みかん）
昼	ごはん 揚げ鶏の香味ソース ちくわとほうれん草の和え物 フルーツ缶（黄桃） 味噌汁	岩国寿司 炒り鶏 白和え レモンゼリー	ごはん ブルコギ 大根サラダ フルーツ缶（ミックス） 中華スープ	吉野家特製親子丼 茄子の炒め煮 ほうれん草のおかか和え 豚汁	ごはん 金目鯛の煮つけ 南瓜のごま和え フルーツ（パイン） 味噌汁
おやつ	ウインナー蒸しパン	ティラミス	ドームケーキ	和のパンケーキ	水無月ゼリー
夕	ごはん さわらのみりん焼き れんこんきんぴら フルーツ（キウイ） 香の物（しば漬け）	ごはん ポークソテー チンゲン菜の煮びたし 豆腐サラダ フルーツ（パイン）	ごはん さばの漬け焼き じゃが芋のそぼろ炒め煮 フルーツ（キウイ） 香の物（青しその実漬け）	ごはん ほっけの塩焼き ひじきの煮物 フルーツ缶（マンゴー） 味噌汁	ごはん 豚肉と夏野菜の中華炒め えび焼売 大根のさっぱり和え すまし汁

吉野家
YOSHINOYA

吉野家と言えば！「牛丼」ですが、「親子丼」もあるのをご存じですか？

6月29日の昼食は「吉野家特製親子丼」が提供されます！

今ではネット通販では売っているようですが、お店では食べることができないようです。

一度ご賞味ください！

※献立は一部変更になる場合があります※