

## デイサービスセンターぱーるラシック 令和8年6月献立表

	月	火	水	木	金	土
	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日
昼食	ねぎとろ丼 高野豆腐の含め煮 ささげのごま和え みそ汁	メンチカツ 豆ひじき おみ漬け みそ汁	味噌ラーメン 海鮮しゅうまい ほうれん草ナムル サイダーゼリー	鶏肉のさっぱり煮 きのこ油揚げの甘辛炒め なすのお浸し みそ汁 ご飯	えび散らし寿司 五目豆腐揚げ オクラのお浸し みそ汁	アジの照り焼き ツナとキャベツの炒め煮 カニカマときゅうりの和え物 みそ汁 ご飯
おやつ	レモンケーキ	レアチーズ(ブルーベリー)	ミルクプリン	マーラーカオ	フルーチェストロベリー	ワッフル
	6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日
昼食	炒飯 中華春雨 大根と人参のナムル 中華スープ	豚焼肉 えびと竹の子の玉子とじ 浅漬け みそ汁 ご飯	とろろそば 牛しぐれ煮 大根なます サイダーゼリー	あじさい散らし寿司 天ぷら盛り合わせ オクラのお浸し すまし汁	親子煮 さつま芋昆布煮 ほうれん草のお浸し みそ汁 かつお舞う出汁ごはん	牛丼 南瓜煮 ほうれん草の白和え みそ汁
おやつ	カステラ	紅茶プリン	スフレチーズケーキ	キャラメルプリン	たい焼き	ムーンライトサンド
	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日
昼食	きつねうどん ヒレカツ 春菊としめじのお浸し みかん缶	焼き豚玉子飯 ポテトコロッケ カニカマときゅうりの和え物 みそ汁	チキン南蛮 さつま芋甘辛煮 小松菜と人参の胡麻和え みそ汁 ご飯	薩摩つくねの炊き合わせ レンコンの甘辛炒め カリフラワーの甘酢漬け みそ汁 夏の炊き込みご飯	チキンステーキ かに風味サラダ ハッシュドポテト スープ ご飯	エビチリ ニンニクの芽のうま煮 ナムル 中華スープ ご飯
おやつ	パウンドケーキ	フルーチェマンゴー	ティラミスケーキ	黒ごまプリン	モンブランケーキ	アーモンドサンド
	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日
昼食	肉じゃが 金平ごぼう きゅうりの酢の物 みそ汁 ご飯	炊き合わせ ゴーヤチャンプルー 人参とワカメのごま酢和え みそ汁 ご飯	穴子散らし寿司 切り昆布大豆 レバー和風煮込み みそ汁	アジたたき丼 高野豆腐の含め煮 オクラの梅肉和え みそ汁 ご飯	冷やし中華 野菜ちぎり天 いかと里芋の煮物 マンゴー	ハヤシライス 豆腐サラダ レモンゼリー
おやつ	お濃茶ケーキ	たい焼き	杏仁豆腐	あじさいゼリー	ハニーフロマージュケーキ	ガトーショコラパイ
	6月29日	6月30日				
昼食	白身魚フライ 豚肉の玉子とじ 青菜とカニカマのお浸し みそ汁 ご飯	鶏肉のから揚げ はんぺんと大根の煮物 白菜漬け すまし汁 ご飯				
おやつ	マーラーカオ	水ようかん				