

令和 7 年 6 月度やっとかめ献立表

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木) 誕生日会	6日(金)	7日(土)
棒棒鶏 小松菜のからし和え じゃが芋とベーコン炒め 味噌汁・キウイ バームクーヘン	アジフライ 野菜炒め とろろもずく 豚汁・パイン・豆ご飯 黒糖蒸しパン	素麺チャンプルー 筑前煮 コールスローサラダ 粕汁・オレンジ フルーツサンド	お祝天ぷら 茶碗蒸し かにもずく 赤飯・吸い物・メロン ロールケーキ	牛肉ピーマンオイスタ炒め はんぺんの卵とじ 長芋の照り焼き 味噌汁・バナナ プリン	白身魚のムニエル 豆苗と卵炒め 里芋とそぼろ煮 クラムチャウダー・洋梨 珈琲ゼリー
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土) おやつ作り
豚と豆苗の生姜炒め 茄子の玉子とじ 胡瓜と若芽の酢の物 けんちん汁・みかん 抹茶豆乳プリン	ブリの照り焼き ピーマンとしめじ炒め 春雨サラダ 味噌汁・バナナ ブルーベリーゼリー	ひじきとゴマつくね マカロニサラダ 魚肉ソセジともやし炒め けんちん汁・バナナ 洋梨ババロア	赤魚の粕漬け焼き 肉味噌豆腐 パプリカと若芽のごま和え けんちん汁・洋梨 ごま団子	鶏とブロッコリー炒め 茄子の揚げ煮 もやしとカニの酢の物 ワカメスープ・スイカ カボチャ蒸しパン	特製カレー 小松菜と木耳のお浸し 海老とカリフラサラダ オニオンスープ・黄桃
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
チキン照焼 茄子とピーマン味噌炒め ポテトサラダ 味噌汁・パイン 水ようかん	チャプチェ 海老と南瓜オクラ出し醤油 長芋の照り焼き 大根コンソメ・ヨーグルト フレンチトースト	ネギトロとろろ 法蓮草のゆかり和え 海老と茄子の甘酢あん 味噌汁・パイン・麦飯 カルピスゼリー	鮭チャーハン 春巻き 肉団子甘酢餡かけ 中華スープ・杏仁豆腐 フルーツゼリー	ミックスフライ 蓮根とシメジキンピラ 肉じゃが コーンスープ・キウイ 白玉あんみつ	鱈の幽庵焼き 胡瓜と若芽の酢の物 ビーフン炒め お吸い物・黄桃 みたらし団子
23日(月)	24日(火)	25日(水) やっとかめ喫茶	26日(木)	27日(金)	28日(土)
白身魚のホイル焼き カリフラとゆで卵サラダ 法蓮草と人参の白和え 味噌汁・キウイ あん団子	ささ身のからし醤油揚げ 豆腐とツナの卵とじ インゲンとエリンギソテー 味噌汁・白桃 ニンジンドーナツ	冷しゃぶうどん 鶏と南瓜の味噌煮 茄子のおろしポン酢和え 貝汁・みかん	ソイ味噌カツ 南瓜と蓮根の甘辛炒め いんげんとアサリ煮 お吸い物・ヨーグルト 珈琲ゼリー	鰯の南蛮漬け 炒り豆腐 マカロニサラダ 貝汁・ヨーグルト・菜飯 豆乳小倉プリン	麻婆豆腐 青菜炒め 人参ともやしのごま和え 中華スープ・杏仁豆腐 カステラ
30日(月)	 雨にも負けず、風にも負けずお腹いっぱい 食べて元気モリモリで過ごしましょう				