

|    | 月曜日   | 火曜日   | 水曜日                               | 木曜日                                  | 金曜日   | 土曜日   |
|----|---|---|-----------------------------------|--------------------------------------|---|---|
|    |  |   |                                   |                                      |  |  |
|    | 1   | 2 お誕生日会                                     | 3                                 | 4                                    | 5   | 6   |
| 昼食 | カレーライス<br>大根サラダ   | 鶏肉のマーマレード焼き<br>ひじきとキャベツのサラダ<br>コンソメスープ      | 厚揚げのそぼろ煮<br>もやしとわかめのナムル<br>麩のすまし汁 | 鮭のコーンマヨネーズ焼き<br>ほうれん草のソテー<br>野菜スープ   | 肉じゃが<br>キャベツの磯和え<br>かぶのみぞ汁  | 高野豆腐とツナの炒め煮<br>青菜のみぞ汁   |
| 午後 | 牛乳、りんご、ポン菓子   | 牛乳、ピーチミルク寒<br>アスパラガスビスケット                   | 牛乳、セサミトースト                        | 牛乳、マシュマロおこし、こんぶ                      | 牛乳、バナナ、ぱりんこ   | 牛乳、お楽しみおやつ  |
|    | 8   | 9   | 10                                | 11                                   | 12  | 13  |
| 昼食 | 高野豆腐のクリーム煮<br>プロッコリーのごま和え<br>オニオンスープ  | しらすごはん<br>豚肉のしょうが焼き<br>アスパラのおかか和え<br>豆腐のみぞ汁 | さわらの西京焼き<br>じゃが芋きんぴら<br>かき玉汁      | 豆腐のカレーあん<br>キャベツとちくわの和え物<br>わかめのすまし汁 | あじの塩焼き<br>大根とあげの煮物<br>なすのみぞ汁  | お弁当の日   |
| 午後 | 牛乳、オレンジ<br>おにぎりせんべい   | 牛乳、パンケーキ                                    | 牛乳、マカロニきなこ<br>ほんち揚げ               | 牛乳、黒糖蒸しパン、チーズ                        | 牛乳、モモ缶<br>アスパラガスビスケット   | 牛乳、お楽しみおやつ  |
|    | 15  | 16  | 17                                | 18                                   | 19  | 20  |
| 昼食 | カレーライス<br>大根サラダ   | 鶏肉のマーマレード焼き<br>ひじきとキャベツのサラダ<br>コンソメスープ      | 厚揚げのそぼろ煮<br>もやしとわかめのナムル<br>麩のすまし汁 | 鮭のコーンマヨネーズ焼き<br>ほうれん草のソテー<br>野菜スープ   | 肉じゃが<br>キャベツの磯和え<br>かぶのみぞ汁  | 高野豆腐とツナの炒め煮<br>青菜のみぞ汁   |
| 午後 | 牛乳、りんご、ポン菓子   | 牛乳、ミルクあべかわ<br>ぱりぱり小魚                        | 牛乳、セサミトースト                        | 牛乳、マシュマロおこし、こんぶ                      | 牛乳、バナナ、ぱりんこ   | 牛乳、お楽しみおやつ  |
|    | 22  | 23  | 24                                | 25                                   | 26  | 27  |
| 昼食 | 高野豆腐のクリーム煮<br>プロッコリーのごま和え<br>オニオンスープ  | しらすごはん<br>豚肉のしょうが焼き<br>アスパラのおかか和え<br>豆腐のみぞ汁 | さわらの西京焼き<br>じゃが芋きんぴら<br>かき玉汁      | 豆腐のカレーあん<br>キャベツとちくわの和え物<br>わかめのすまし汁 | あじの塩焼き<br>大根とあげの煮物<br>なすのみぞ汁  | 豚肉と野菜の味噌炒め<br>玉ねぎのすまし汁  |
| 午後 | 牛乳、オレンジ<br>おにぎりせんべい   | 牛乳、パンケーキ                                    | 牛乳、マカロニきなこ<br>ほんち揚げ               | 牛乳、黒糖蒸しパン、チーズ                        | 牛乳、モモ缶<br>アスパラガスビスケット   | 牛乳、お楽しみおやつ  |
|    | 29  | 30  |                                   |                                      |   |   |
| 昼食 | カレーライス<br>大根サラダ   | 鶏肉のマーマレード焼き<br>ひじきとキャベツのサラダ<br>コンソメスープ      |                                   |                                      |   |   |
| 午後 | 牛乳、りんご、ポン菓子   | 牛乳、ミルクあべかわ<br>ぱりぱり小魚                        |                                   |                                      |   |   |
|    |   |   |                                   |                                      |   | 2020.06   |