



2022年 6月 献立表 シャロン千里 テイサービス

※事情によりメニューの変更があります。
ご了承ください。

	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
昼食		ご飯 鶏のムニエル ブロッコリーの和え物 コンソメスープ フルーツ	ご飯 ヒラスの塩こうじ焼き 青菜とさつま揚げの炒め煮 みそ汁	ご飯 マスの南蛮漬け ピーマンのオイスター炒め みそ汁 フルーツ	休業日
おやつ		メープルパンケーキ	フルーツヨーグルト	フルーツケーキ・カップケーキ	
	7	8	9	10	11
昼食	ご飯 ホキの煮つけ なすのボン酢和え みそ汁 フルーツ	ご飯 ひき肉と豆のカレー コールスローサラダ 香の物 マンゴーのヨーグルト和え	ご飯 エビと卵の中華炒め 揚げぎょうざ 中華スープ フルーツ	ご飯 シイラの山椒焼き ほうれん草とシラスのお浸し みそ汁	ご飯 牛肉の煮物 オクラの和え物 みそ汁 フルーツ
おやつ	メープルパンケーキ	信州りんごケーキ	バニラシューアイス	ムース	メープルパンケーキ
	14	15	16	17	18
昼食	ご飯 ハンバーグ 南瓜とウィンナー洋風煮 白菜サラダ コンソメスープ	ご飯 回鍋肉 カリフラワーの和え物 中華スープ フルーツ	ご飯 メルルーサのバター醤油焼き じゃがいもの含め煮 みそ汁 ムース	ご飯 タンドリーチキン ほうれん草のレバー炒め 中華スープ フルーツ	ご飯 アジのから揚げ チンゲン菜の和え物 みそ汁
おやつ	信州りんごケーキ	チョコシューアイス	メープルパンケーキ	長崎カステラ	いちごフルーツ
	21	22	23	24	25
昼食	ご飯 中華風たまご丼 厚揚げと冬瓜の煮物 中華スープ ムース	ご飯 白身魚のタルタル焼き 小松菜の和え物 みそ汁	ご飯 鶏の竜田揚げ モヤシの高菜炒め かきたま汁 フルーツ	ご飯 豚肉のみそ漬け焼き なすの煮物 みそ汁 フルーツ	魚介のトマトピラフ スパニッシュオムレツ コンソメスープ リンゴのヨーグルト和え
おやつ	バニラシューアイス	ゼリー	くず饅頭	バウムクーヘン	チョコシューアイス
	28	29	30		
昼食	ご飯 鶏肉の玉ねぎソース カリフラワーサラダ みそ汁	炊き込みご飯 赤魚の塩焼き スパゲティサラダ みそ汁 ゼリー	ご飯 豚肉と野菜の甘酢和え 冬瓜の煮物 中華スープ フルーツ		
おやつ	桃のヨーグルト和え	くず饅頭	バウムクーヘン		